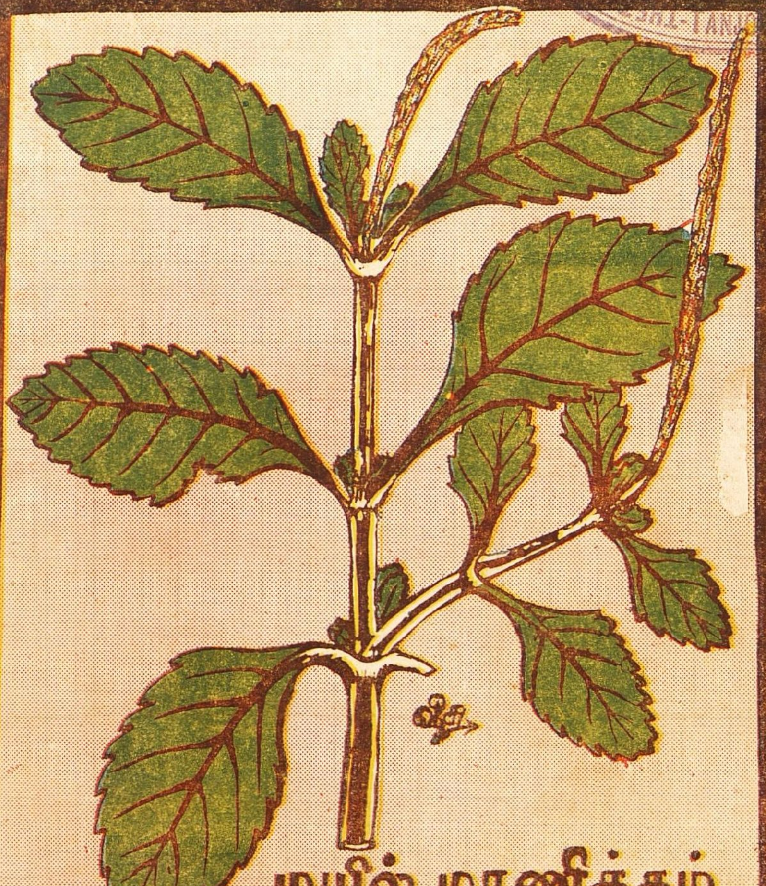
மூலிகை மணி

வேலூர் மருத்துவர் :- ஆ. இரா. கண்ணப்பர்

மலர் 9] பிரமாதீச ஹு — ஐப்பசி மீ [இதழ் 12

[165-வது மூலிகை]



மயில் மாணிக்கம்

விலை 50-காசு

௭ ஆண்டுகளுக்கு முன்.....
ஆங்கில மந்திரவாதி
தமிழ மக்கள்
ஜனநாயகம்
மூலிகை
மணியின்
தொண்டு

ஐந்துகரத்தனை யானைமுகத்தனை இந்தினிளம்பிறை போலுமெயிற்றினை
நந்திமகன்றனை ஞானக்கொழுந்தனை புந்தியில்வைத்தடி போற்றுகின்றேனே.

மூலிகை மணி

எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறொன்றறியேன் பராபரமே. — (தாயுமானவர்)

மலர் 9] பிரமாதீச ஹு — ஐப்பசி மீ அக்டோ-73 [இதழ் 12

ஆய்வு செய்யவா? ஆழக்குழி தோண்டுகிறாயா?

மலர் ஒன்பதில் பனிரண்டாவது இதழ் இந்த மாதத்துடன் முடிவடைகின்றது. அதாவது மூலிகை மணிக்கு ஒன்பது வயது கடந்து அடுத்த மாதம் பத்தாவது ஆண்டு துவக்க இருக்கிறது.

இந்த ஒன்பதாண்டு வாழ்க்கையையும் சற்று திரும்பிப் பார்ப்போமேயானால், வாசக அன்பர்கட்கு மூலிகை மணி என்ற இந்த பையன் போல் ஒரு நீங்காத பற்று இருக்கும் என்பதில் ஐயமே இல்லை. 1964-ல வேலூர் சண்முகனடியார் சங்கத்தில் ஸ்கந்தர் சஷ்டி விழாவிலே, எனது அன்பு குருநாதர், திருமுருக. கிருபானந்தவாரியார் சுவாமிகள் திருக்கரம் பட்டு வெளியான மூலிகை மணி (குழந்தை) தமிழக மக்கள் மனதில் எல்லாம் ஊடுருவி விளையாடி வந்தது.

ஆரம்பத்திலே அந்நிய அநாகரீக மோகத்தால் மயக்கங் கொண்டவர்கள் சிலர், ''சித்த மருத்துவத்தையே'' ஆழக்குழி தோண்டி புதைத்துவிட வேண்டும் என்று ஆர்ப்பரித்தனர். ஆனால் இன்று நிலைமை மாறிவிட்டது! இனி சித்த மருத்துவம்

நமது நாட்டின் தொன்மை மிக்க மருத்துவம். அது காலத்தால் அழிக்க முடியாத ஒன்று என்பதை அந்நிய மருத்துவ முறையாளர்கள் நன்கு கண்டு கொண்டனர் அது மட்டுமல்ல, எந்த வாயால் ஆழக்குழி தோண்டிப் புதைக்க வேண்டுமென்று கூறி வந்தனரோ, அதே வாயால் தமிழ் மருத்துவம் பற்றி ஆராய்ச்சி செய்யவேண்டும் அதில் உள்ள பல நன்மைகளைப் பற்றி நாமும் தெரிந்து, அதே முறைகளைப் பின்பற்ற வேண்டும் என்று முழக்கமிட ஆரம்பித்து விட்டனர். மேலும் சித்த மருத்துவ மனைகள் தோறும் அந்நிய மருத்துவர்கள் வட்டமிட ஆரம்பித்து உள்ளனர் இந்த நிலை ஒன்பது ஆண்டுகளுக்குப் பின் ஏற்பட்ட நிலை.

சில அந்நிய மருந்துசெய் சாலைகளில் (லாபரெட்டரிகள்) கூட சித்த மருத்துவர்களை கௌரவ மருத்துவர்களாக அமர்த்தப்படுவதாக அறிகிறோம்.

இந்த செய்கைகள் எல்லாம் எப்படி மாறின? ஏன் மாறின? எதற்காக மாறின? என்று கேட்கப்பட்டால், சித்த மருத்துவத்தின் சிறப்பை அதன் அடிப்படையான எளிய மூலிகைகளின் அளப்பரிய பயன்களை முதன் முதலாக, 'தின மணி' வாயிலாக வாரம் ஒரு முறை "நம் நாட்டு மூலிகைகள்" என்ற தலைப்பில் தினமணி சுடர் மூலமாக சுமார் பதினைந்து ஆண்டுகளாக எழுதி பொது மக்களுக்கு அறிவித்ததின் பலன்; இன்று சித்த மருத்துவத்தை குழிதோண்டி புதைக்கும் நிலை மாறி, இன்று அதை அழிக்க எண்ணமிட்டவனும் அதில் என்னதான் உள்ளது; ஆய்ந்து பார்க்கலாமே என்று திரும்பிவிட்டான். **சித்த மருத்துவத்திற்கே அடிப்படை மூலிகைகள் என்பதை நாடறியச் செய்து வருகிறது நமது மூலிகை மணி.**

இன்று மூலிகை மணியைப் போல எத்தனையோ மாத இதழ்கள் வெளிவந்து இரண்டொரு மாதத்திற்குள் அது நடந்த அடிச்சுவடுகளே தெரியாமல் மறைந்து விட்டு இருக்கிற நேரத்திலே மூலிகை மணி மட்டும் இடைவிடாமல் மாதந் தோறும், சிறிது கால தாமதமானாலும், தமிழக வாசக அன்பர்களுக்கு கிடைத்து விடுகிறதே! என்று ஒருசில சுயநல வாதிகளின் வயிற்றெரிச்சலையும் நாம் காணாமல் இருக்க முடியவில்லை **'மாற்றான் தோட்டத்து மல்லிகையும் மணக்கும்'** என்றபடி ஒன்பது ஆண்டு முடிவடைந்ததைக் கேட்ட அந்நிய மருத்துவ முறையாளர்கள் கூட சற்று வியப்பு கொண்டு மூலிகை மணியை வாழ்த்துரைக் கூறத்தான் செய்வார்கள் என்பதில் அணுவளவேனும் ஐயமில்லை காரணம் என்ன? மூலிகை மணி முற்றும் பற்றுஅற்ற நிலையில், தொண்டாற்ற எல்லாம்வல்ல இறைவன் "திருத்தணிகை முருகன்" திருவருளால், பல பெரியோர்கள்,

ஞானிகள் உள்ளங்களின் ஆசியால் கவரப்பட்டு, காஞ்சி காமகோடிபீடம் சுவாமிகள் ஆசியாலும், அன்பாலும் வளர்க்கப்பட்டதும், எமது குருநாதர் "வாரியார் சுவாமிகள்" கரம்பட்டு பிறந்த குழந்தையாகும்.

இந்தக் குழந்தைக்கு இதுகாறும் நோய் நொடி வராமல், நோய் நொடியால் வாடும் தமிழகமக்களுக்கு சீரியமுறையில் மூலிகை மருத்துவம் செய்து, பயங்கர (ஆங்கில மருத்துவ) அரக்கனின் ஆட்சிக் கொடுமை யிலிருந்து விலக்கி வருகிறது.

இது காறும் எமது நற்பணிகளுக்கு ஆதரவு காட்டி, ஊக்கமும் ஆக்கமும் தந்து உதவிய சந்தா அன்பர்கட்கும், வாசகர்கட்கும், எழுத்தாள நண்பர்கட்கும், மருத்துவப் பேராசிரியர்கட்கும், மூலிகை மணி ஏஜெண்டுகளுக்கும், கவிதை, கட்டுரை எழுதி அனுப்பிய அன்பர்கட்கும் எமது பணிவார்ந்த அன்பை தெரிவித்துக்கொள்ளுவதுடன், மேன்மேலும் தங்கள் ஆர்வமும் பெருகி வற்றாத அன்பை அள்ளி, பத்தாவது ஆண்டில் கால் வைக்கும் பாலகனும், "மூலிகை மணியை" வாழ்த்தி அருளவும். மூலிகை மணியின் சேவை பன்மடங்காகப் பெருக தாங்கள் அனைவரும் என்றும் போல் இன்றும் ஆதரவுதந்து அருள எல்லாம்வல்ல எம்பெருமான் தணிகை முருகன் திருவடியை பற்றி வேண்டுதல் செய்கின்றனன்.

சித்த மருத்துவத்தினை குழிதோண்டிப் புதைக்க வேண்டும் என்று அன்று சொன்னவர்கள், இன்று அதனை ஆய்வு செய்ய வேண்டும் என்று வருகிறார்களாம். இவர்கள் இப்படி (ஆங்கில மருத்துவ முறை பயின்றவர்கள்) தமிழ் சித்த மருத்துவர்களிடம் வந்தால் அவர்கள் படித்த அறிவு கொண்டு எதையும் ஆய்வு செய்து அறிய முடியாது. அதற்குப் பதிலாக சித்த மருத்துவர்களை நையாண்டி, கேலி, கிண்டல் செய்து விட்டுத்தான் போவார்கள் எனவே சித்த மருத்துவர்கள் எச்சரிக்கையோடு இருத்தல் அவசியம். 'முப்பூ', பூநீர், செயநீர் எடுப்பது போன்ற தெய்வீக வித்தைகளை அறியவேண்டி மேலை நாட்டிலிருந்து வந்த ஆங்கில மருத்துவர்களும், அரசாங்க மூலமாக ஆட்சியிலுள்ளவர்கள் அதிகாரத்தைக் கொண்டும் சித்த மருத்துவ நுட்பங்களை ஆய்வு செய்ய முயற்சிகள் நடப்பதாகத் தெரிகிறது.

ஆண்டவனைப் பற்றியோ, ஆன்மா, மனது என்பவைகளைப் பற்றி ஏதும் தெரியாது எத்தனை பட்டப் படிப்பு படித்தவராயினும் அவர்கள், சித்த மருத்துவ நுட்பங்களை அறிய முடியாது.

அன்று ஆழக்குழி தோண்டிப் புதைக்கவேண்டும் என்றவர்கள்
இன்று ஆய்வு செய்யப் போகிறார்களாம்!

—*—

ஆசிரியருக்கு கடிதம்!

A. இராமலிங்கம், 16—10—73
சந்தா எண் : 3920 மொளப்பாக்கம்,
காரியமாணிக்கம், P. O.

உயர்திரு, ஆசிரியர் கண்ணப்பர் அவர்களுக்கு,

தங்கள் சந்தா உறுப்பினன் A. இராமலிங்கம் தெரிவிப்பது, சந்தாவைப் பற்றி தாங்கள் கூறியது மிகவும் பொருத்தமே! என் நிலைமைக்கு இப்பொழுது உள்ள சந்தாவையே கட்டமுடியவில்லை. மேலும் உயர்த்தினால் சந்தாவை நீக்கவேண்டியது தவிர வேறு வழியே இல்லை. காரணம் நான் ஒரு கைத்தறி நெசவாளி நான் வறுமை நிலையில் இருக்கிறேன். அது போல் பலருக்கும் வறுமை உண்டு. ஆகவே பக்கங்கள் குறைந்தாலும் மருத்துவச் செய்திகள் குறையவில்லை! எனவே சந்தாவை உயர்த்தாமல் இருப்பது நன்மை பயக்கும் என கருதுகிறேன். இது எல்லோருக்கும் ஒரு நல்ல செய்தியாகவும், நல்லதாகவும் இருக்கும்.

வணக்கம்.

இப்படிக்கு, A. இராமலிங்கம்.

மேல்கண்ட கடிதத்திற்கு பதில்:

அன்புடையீர்!

கடந்த ஒன்பது ஆண்டுகளாக, 'மூலிகை மணி' துவக்க நாளிலிருந்து இதுநாள் வரை, எவ்வளவோ காகித விலை ஏற்றத்திலும் கூட பொது மக்கள் நலனை அனுசரித்து, சேவை மனப்பான்மையுடன், மூலிகை மணி — இதழ் விலை 50-காசுக்கே வெளியாகி வருவதை அறிவீர்கள்! காகித விலை ஏற்றத்தால் பக்கங்கள் சிறிது கூடியோ, குறைந்தோ வெளியானாலும், இதழின் விலையோ, அல்லது சந்தா தொகையோ உயர்த்தப் போவதில்லை! மாத இதழ் விலை 50-காசு; ஆண்டு சந்தா ரூ. 6—00 தான் என்பதை உறுதியுடன் தெரிவிக்கிறோம்.

— ஆசிரியர்.

மூலிகை காயகல்பம்

[முப்பு கலந்த முறை]

இம் முறை பல்லாண்டுகளாக ஆய்வு செய்து, உடல், உள்ளம் ஆகிய இரண்டிலும் நல்ல தூய்மை செய்து, நோய்களை நீக்க வல்லது சக்தி வாய்ந்த மருந்துகளையும், மூலிகைகளையும், மாழைப்பொருள்களையும் கொண்டு தயாரிக்கப்பட்டது

இதனை நமது மூலிகை மணி வாசக சந்தா அன்பர்களுக்கு மட்டும் வினியோகிக்க ஆசிரியர் அவர்கள் மேற்பார்வையில் தயாரித்த ஒன்றாகும். இம் மூலிகை காயகல்பம் — குறிப்பாக உடல் சக்தியிழந்தவர்களுக்கும், தாது, குருதி குறைந்து, இல்வாழ்க்கைக்குத் தகுதியற்றவர்களாக, தன்னைப் பலவிதத்திலும் பாழ்படுத்திக்கொண்டவர்கட்கு மிகவும் சிறப்பாக பலன் தரக்கூடியது.

நீடித்த நோய்களில் சக்தியை இழந்துவிட்டவர்களும் 1-மண்டலம் (அல்லது) 2-மண்டலம் சாப்பிட்டுவர இயற்கையில் சக்தி ஊட்டம் பெற்று இல்லற சுகங்களை மீண்டும் பெற வழியாகும்.

---

1. மூலிகை காயகல்ப பொடியும்,
   செந்தூரப் பொடியும்,
2. மூலிகை கலவை இளகல் அரை கிலோ,

ஒரு செட் ரூ. 140—00 ஆகும்.

V. P. P. யிலோ, அல்லது பார்சல் வழி அனுப்ப இயலாது

இதனை நேரில்

மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R. M. P.

அவர்கள் மருத்துவ ஆலோசனையுடன்

ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் மட்டும்

23, கிளப் ரோடு-கிழக்கு ஷெணாய் நகர், சென்னை-30

மற்ற நாட்களில்

4, சாதுகார மடம் 2-வது தெரு சலவன்பேட்டை வேலூர்.

முகவரிகளில் வந்து பெறலாம்.

"நம் நாட்டு மூலிகைகள்"

பற்றி அறிவிப்பு.

கடந்த ஒன்பது ஆண்டுகளாக, எமது வெளியீடுகள் "நம் நாட்டு மூலிகைகள்" 1, 2, 3, 4, 5, 6-பாகங்களும் ரூபாய் 3—00 விலைக்கே அதாவது லாப நோக்கமின்றியே விற்பனை செய்து வந்தது வாசக அன்பர்கள் அறிந்த ஒன்றாகும்.

அண்மையில் காகிதம் விலைகள் கட்டுக்கு மீறிப்போய் இன்று காகிதம் கிடைப்பது அரிதாகிவிட்டபடியால் எமது வெளியீடுகளின் விலையையும் சிறிது கூட்டுவது என்ற நிலை ஏற்பட்டதற்கு மிகவும் வருந்துகிறோம்.

இது வரை அச்சில் இருந்த

மூன்றும் பாகமும் அச்சாகிவிட்டது !

விலை ரூ. 4—00

1 முதல் 6 பாகம் வரையில்

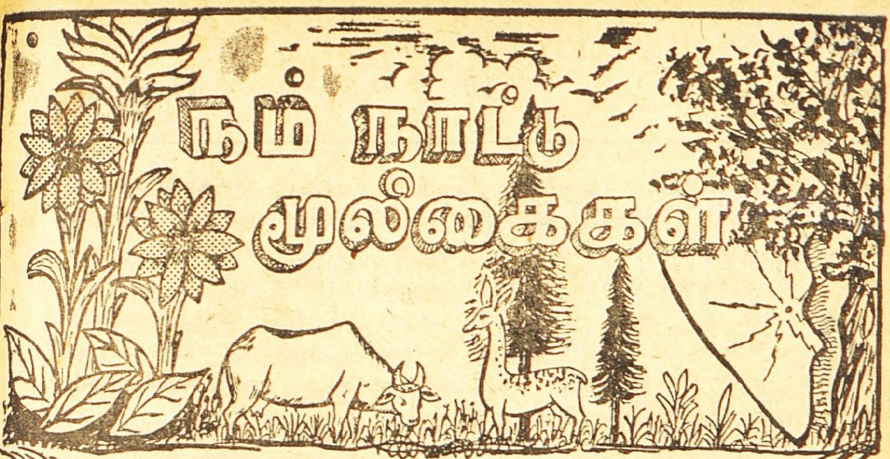
புத்தகம் ஒன்று விலை ரூ. 4—00 வீதம்

6 பாகங்களும் கிடைக்கும்.

6-பாகங்களும் தபாலில் பெற விரும்புவோர் ரூ. 25—50 M. O. அனுப்பி பதிவு தபாலில் பெறலாம்.

M. O. அனுப்ப வேண்டிய முகவரி :-

மேலாளர், மூலிகை மணி,
59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-1 (வ. ஆ.)



'மயில் மாணிக்கம்'

(165-வது மூலிகை)

மயில் மாணிக்கம் என்ற மூலிகை பற்றித் தெரியுமோ உங்களுக்கு! இந்த மயில் மாணிக்கம் குப்பைமேனி போல மழை, பனி காலங்களில் அதாவது கார்த்திகை, மார்கழி, தை மாதங்களில் ஏராளமாக வளர்ந்து பயிராகும் இது குப்பை மேனி செடிகள் ஊடே அதே உயரத்தில் கதிர்களை விட்டு வளரும் இலைகள் மயில் தோகை போலவே கார்பு முதல் நரம்புகள் விட்டு வளருவதால் இதனை மயில்மாணிக்கம் என்று சித்தர்கள் பெயரிட்டுள்ளனர் போலும்! அது மட்டுமல்ல, மயில் தோகைக்கு என்னென்ன மருத்துவ குணம் உள்ளதோ, அது போலவே இந்த மயில் மாணிக்கத்திற்கும் உள்ளதாக சொல்லப்படுகிறது.

பொதுவாக இந்தச் செடி குப்பைமேனி போல மழை, பனி காலங்களில் செழிப்பாக வளருவதால் இதனை அந்த காலங்களில் சேகரித்து மருத்துவர்கள் பக்குவப் படுத்தி வைத்து இருந்து பின்னர் நோய்களில் பயன்படுத்துவார்கள். இது தமிழ் நாட்டின் சித்த மருத்துவர்களின் சிறப்பான செயல்.

கீழாநெல்லிக்கு நெருங்கிய நண்பர்களில் மயில் மாணிக்கமும் ஒன்று என்பதை வாசக

அன்பர்கட்கு எடுத்துக்கூற விரும்புகிறேன். ஏறத்தாழ இவை இரண்டும் ஒத்த குணமுடையவை. ஆனால் கீழாநெல்லி இளம் வாலிபர்கள் மனதில் ஏற்பட்ட பாலுணர்ச்சி நினைவால் சுயமாக ஏற்பட்ட விளைவுகளை நீக்க வல்லது. மயில் மாணிக்கம் வாலிப வயதைத் தாண்டி குடும்ப வயதை எட்டிப் பிடித்து, அந்த நேரத்திலே சமய சந்தர்ப்ப சூழ்நிலைகளால் நடத்தை கெட்டவர்களோடு உறவு கொண்டு, அதனால் விளையும் பல இன்னல்களும் நோய்களையும் அனுபவித்தவர்கட்கு மயில் மாணிக்கம் ஏற்ற பயன் தருவதில் சிறப்புடையது ஆகும்.

மயில் மாணிக்கத்தின் இலைக்கு குளிர்ச்சியுண்டாக்கி சூட்டைத் தணித்து விடும் அத்துடன் சூட்டால் விளைந்த அழற்சி ரணங்களை ஆற்றி விடும் ஆற்றலுண்டு. இதன் வேருக்கோ உடல் உரமாக்கவும், வியர்வை பெருக்கவும், வெப்பமடக்கவும் கொண்ட செய்கையாகிறது.

உபயோக முறைகள்

மயில் மாணிக்கம் வேர் உள்பட இளம் செடிகளாக கதிர் விட்ட நிலையில் மார்கழி மாதம் மத்தியில் எடுக்க வேண்டியது 1 கிலோ அளவு. இதே அளவு கீழாநெல்லியும் எடுத்து, ஒரு கை சோற்றுப்பு சேர்த்து பசுமையாகவே இடித்து மை போல அரைக்க வேண்டியது. பின்பு ஒரு கோப்பை தட்டில் சிறு சிறு வில்லைகளாகத் தட்டி நிழலில் உலர்த்தி வைக்கவும். நன்கு உலர்ந்த பின்பு ஒரு மண் சட்டியில் நிறையும் அளவுக்கு அதை உள்ளே அடுக்கி மேலே மண் சாணகையால் மூடி காற்று புகாமல் செம்மண் சீலை செய்து காயவைத்து 30 பசு விராட்டியில் புடமிட்டு எடுக்க கருமை நிறமாகும். அதனை எடுத்து மை போல் அரைத்து ஒரு புட்டியில் அடைத்து வைக்கவும். 'மயில் கருப்பு' என்று எழுதி ஒட்டி வைக்கவும்.

வெள்ளை ஒழுக்கல் நீங்க

இந்த மயில் கருப்பு பொடி — 3 கிராம் அளவு எடுத்து வெண்ணை யுடன் குழைத்து காலை மாலை சாப்பிட்டுவர (கொனேரியா) என்று சொல்லப்படும் வெள்ளை ஒழுக்கு நிற்கும். அத்துடன் நீர்தாரை ரணம், எரிச்சல், சொட்டு மூத்திரம் ஆகியவைகளும் நீங்கிப்போகும். 10 முதல் 20 நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட வேண்டும்.

T. B. என்ற க்ஷய நோய்கள்

சுவாசகாசம் (ASTHMA) என்ற இறைப்பு நோய்கள்

3 கிராம் 'மயில் கருப்பு' பொடியை தேனில் குழைத்துக் கொண்டு அத்துடன் தூதுவளைச் சாறு 10 துளி, பால் 30 மில்லி கலந்து காலை மாலை

குடித்து வர T.B. என்ற க்ஷய நோய்கள் 40 நாட்களிலும், சுவாசகாச இறைப்பு 30 நாட்களிலும் குணமாகி விடும். ஆங்கில மருந்துகளைச் சாப்பிட்ட பின்பு இந்த சிகிச்சை நேரடியாக ஆரம்பித்தால் குணம் காணாது. எனவே, ஆங்கில மருந்தை உண்ட நோயாளர்கள், முதலில் 10 நாளைக்கு அருகம்புல் மிளகு சீரகம் சேர்த்து அரைத்து நெல்லி அளவு சாப்பிட்ட பின்னரே இந்த சிகிச்சை ஆரம்பிக்க நல்ல குணம் தரும். மேலும், புகைப் பழக்கம், குடிப் பழக்கம் உடையவர்கள் கண்டிப்பாக நிறுத்திவிட்டு, இச்சா பத்தியமுடன் இருந்து வருவதில் நிச்சயமாக நோய்களை அடியோடு ஒழித்துக் கட்டிவிடலாம் என்பதைக் கூறுவது அவசியமாகும்.

இதை முறைப்படி செய்ய இயலாதவர்கள் வெறும் மயில்மாணிக்கம் செடியின் இலையை மட்டும் தினம் பச்சையாகவே கொண்டு வந்து மை போல் அரைத்து கட்டி எருமைத் தயிரில் காலை மட்டும் கலக்கி குடித்துவர வெள்ளை, வெட்டை, பிரமேக ஒழுக்கு, மேக ரணம் இவை யாவும் நீங்கும் (T.B.) க்ஷயநோய் (Asthma) காச நோய்க்கு இம்முறை பலனளியாது.

தலை முழுகல்

மயில் மாணிக்கத்தின் இலையை அரைத்து கற்கம் செய்து தலையில் தேய்த்து 1 மணி நேரம் கழித்து குளிர்ந்த நீரில் தலை முழுகவும். இப்படி வாரம் 2 முறை செய்துவர வெட்டைச்சூடு, மேகத்தால் வந்த அனல், கண்ணெரிச்சல், உட்சூடு ஆக யாவும் தணிந்து விடும். குழந்தைகட்கு இம் முறை கூடாது.

க்ஷய ரோகங்கள், காச நோய்கள் தீர

மயில் மாணிக்கம் வேரை மட்டும் எடுத்து 50 கிராம், தூதுவளை இலை 50 கிராம் சேர்த்து இடித்து மண் சட்டியில் 1 குவளை நீர் விட்டுக் காய்ச்சி வடிகட்டிய குடிநீர் அரை குவளை, தேன் ஒரு தேக்கரண்டி, காய்ச்சிய பசும்பால் அரை குவளை இவை யாவும் கலந்து காலை மட்டும் ஒரே வேளை வெறும் வயிற்றில் 40 நாள் குடித்து வரவும். சூடான காய் கறி வகை, புகை, புலால், மது வகைகள் இந்த முறைக்கு நீக்கி இச்சா பத்தியமுடனிருக்க நாள்பட்ட நோய்களும், மற்றும் அன்னிய நவீன முறைகளில் நீங்காத நோய்களை போக்கியுள்ளது என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

மயில் மாணிக்கத்திற்கு ஒரு சில பகுதிகளில் **மயிர் மாணிக்கம்** என்று கூறுவோரும் உண்டு. இரண்டும் ஒரே மூலிகையைத் தான் குறிக்கும்.

மூல நோய்கட்கு

மயிர் மாணிக்கம் இலையும் குப்பைமேனி இலையும் சிறிது சேர்த்து அரைத்து பில்லை தட்டி ஒரு ஓட்டில் காயவைத்து உலர்த்திய பின்னர் (மயில் மாணிக்கம் — கீழாநெல்லியை புடமிட்டது போலவே) இதையும் புடமிட்டு அரைத்து வைத்துக் கொண்டு காலை மாலை 3 கிராம் பசு வெண்ணெயுடன் கலந்து சாப்பிட்டு காரம், புளி குறைத்து இச்சா பத்தியம் இருக்க ஒரு மண்டலத்தில் மூல நோய்கள் அறுவை சிகிச்சையின்றி அடியோடு ஒழியும். மேக நோய்களுக்கும் இதே முறையை பயன்படுத்த நலம் தரும்.

"மயில் மாணிக்கத்தால் வளர்மேகம் போகுந்
ஒயிலான மேகவெட்டை தீரும் — கய நோய்கள்
மாவிரணம் போக்க வல்லிரதஞ் சேர்த்தரைத்து
தாவியுண்பார் ருண்டறிந்தோர் தாம்" — (கு. மு.)

இதில் ரசம் சேர்த்து அரைத்துண்ண குட்டரோகம் மேகரோகம் போகுமென்பர். ஆனால் தற்காலம் இது விடப் பரீட்சையாகும். நல்ல பாதரசம் இக்காலத்தில் கிடைப்பதரிது. மேலும் பாதரசத்தில மருந்து செய்வது மருத்துவர்க்கே ஒழிய, பொதுமக்கள் இதனை அறியாமலும் செய்வது தவறாகும். ஆனால் பாதரசத்தையும் மயில்மாணிக்கம் நீராக்கும் லிங்கம் கட்டும் என்பதனை சித்தர்கள் கூறியுள்ளதை, மருத்துவர்கள் பல்லாண்டு குருமுகம் நின்று கற்றறியவேண்டிய வித்தையாகும். மயில் மாணிக்கத்தை மட்டும் பயன்படுத்தி பலன் பெறுங்கள்! ○○

மகா மூலிகை எண்ணெ!

- காலில் ஆணி, தோலைப்பற்றிய நோய்கள்,
- வெண்குட்டம், உடலில் அசுத்தநீர்த் தேக்கம்,
- ஊளைச் சதை,

போன்ற கொடிய நோய்களை வேருடன் களைய மேற்கண்ட "மகா மூலிகை எண்ணெ" யை பத்தியமுடன் சாப்பிட ஆச்சர்யமடையும் வகையில் குணமாகும். மேக நோய்கள் உடையவர்களுக்கு இந்த எண்ணெ ஓர் சிறந்த நிவாரணியாகும். ஷெ எண்ணெயை பெற விரும்புவோர், 20-காசு தபால் தலையுடன் எழுதவும்.

விவாத அரங்கம் :

தலைக்குத் தண்ணீர்

[A. K. கோவிந்தராசன், கல்லாவி, தருமபுரி Dt.]

கடந்த இரண்டு மாதங்களுக்கு முந்திய மூலிகை மணி (ஆடி) இதழில் ''தலைக்குத் தண்ணீர்'' என்ற தலைப்பின்கீழ் வீணான விவாதம் கிளப்பியிருப்பது பயனற்றது. திரு. பலராமய்யா அவர்கள் ''தலைக்குத் தண்ணீர்'' அடிக்கடி ஊற்றினால் உச்சி வழியாக குளிர்ச்சி இறங்கி நோய் செய்யும் என்ற விவாதம் நிரந்தர நோயாளர்களுக்குத் தான் பொருந்தும். ஆங்கில மருத்துவத்தை அனுசரிக்கும் பிணியாளன், குடிக்காரன், புகைக்காரன், காமாந்தகாரன், மிக பட்டினியால் வாடுபவன், கடும் வெய்யிலில் வேலை செய்பவன் உடனே ''தலைக்குத் தண்ணீர் ஊற்றினால்'' பிணி நிச்சயமாக ஏற்படும்.

திரு. கந்தசாமி பிள்ளை அவர்கள் அதற்கு அனுசரணையாக எழுதியதோடு அல்லாமல், கல்லு பிள்ளையாரிடம் போனால் பல்லு உடையும் என்று தெரிந்து இருந்தும், பிள்ளையாரின் அபிடேக முறையில் தண்ணீர் ஊற்றினால் நோய் செய்யலாம் என்றும், குறும்பன் தன் தோள் மீது ஆடு இருப்பதை மறந்து, மற்ற வர்களிடத்தில், ''என்னுடைய ஆட்டைப் பார்த்தீர்களா ?'' என்று கேட்பது போல், அவர்கள் லூயகின் என்னும் ஆங்கில நபருடைய கருத்தைப் பரப்பவும் விரைகின்றார். தன் சொந்தக் கருத்தைக் கூற திராணியற்றவர் என்பது தம்முடைய கட்டுரையின் மூலம் விளக்கி விட்டார். திரு. கந்தசாமியின் கருத்துக்களில் பிழைகள் இருக்கிறது.

தமிழ் முறையில்
தலைக்குத் தண்ணீர் ஊற்றும் முறை

கிணறு, ஆறு, குளம், ஏரி இவைகளில் எதுவாகயிருந்தாலும் சரி, காலை நான்கு மணி முதல் ஆறு மணி முடிவதற்குள் குளித்து விடுவது சிறந்தது. குளிக்கும் போது ஒரு பாத்திரத்தில் அன்றைய தினத்தில் இறைத்த புதுத் தண்ணீர் எடுத்து வைத்துக் கொண்டு, (திரு. கந்தசாமி பிள்ளை கூற்று போல், ''முன் தினம் இறைத்த தண்ணீர் பயன்படுத்த வேண்டாம்'') அத் தண்ணீரில் 'ஓம்' என்று எழுதி, இரு கைகளையும் அப் பாத்திரத்தின் மீது வைத்துக்கொண்டு (சிவ சிவ அல்லது முருகன் திருநாமம்) 21 முறை செபித்துக்கொண்டே எல்லா புண்ணிய நதிகளும் (கங்கை, யமுனை, சரஸ்வதி, சிந்து, நர்மதா, கோதாவரி, தபதி, கிருஷ்ணா, காவேரி) அதில் ஏகமாக சங்கமித்திருப்பதாக மானசீகமாக நினைத்து மேற்கண்ட மந்திரத்தை செபிக்கவும். பலன் கீழ்கண்ட பாடலின்படி உண்டாகும்.

"சிவசிவ என்கிலர் தீவினையாளர்
சிவசிவ என்றிட தீவினைமாளும்
சிவசிவ என்றிட தேவருமாவர்
சிவசிவ என்ன சிவகதிதானே" — திருமூலர்.

"வந்த வினையும் வருகின்ற வல்வினையும்
கந்தனென்று சொல்லக் கலங்குமே; செந்திநகர்ச்
சேவகா! என்று திருநீறு அணிபவர்க்கு
மேவ வாராதே வினை" — பழைய பாடல்

ஆபின்னியாசம்

செபித்து முடிந்தவுடன் இடது கையால் சிறிது தண்ணீர் எடுத்து வலது உள்ளங்கையில் ஊற்றி மிளகளவுநீர் உட்கொள்ளுவதே ஆபின்னியாசம் என்பது. இது போல் மூன்று முறை செய்தல் வேண்டும். இதன் பலன் என்னவென்றால் தொண்டையினிடமாக உள்ள "இதை என்ற நாடியை ஈரப்படுத்தி வரட்சித் தன்மையைப் போக்கும்". உச்சி தலையில் தண்ணீர் ஊற்றும் போது, குளிர்ச்சி இறங்கினால் தொண்டை அடைப்பு ஏற்பட்டு, வரட்சி நிலையைத் தடுக்கத்தான் மேற்கண்ட முறை கையாளுகிறோம். பிறகு நாம் சிறு பாத்திரத்தில் தண்ணீர் எடுத்துக் கொண்டு நிமிர்ந்து நின்று சிவசிவ என்று கூறிக்கொண்டே உச்சித் தலையிலிருந்து மூன்று முறை தண்ணீர் ஊற்றிக்கொண்ட பிறகு, உடலில் ஊற்றி நனைத்துக் கொண்ட பிறகு, சுத்தம் செய்த பின், ஈரத்துணியால் உடலை துவட்டி ஈரத்தை போக்கிக் கொள்ள வேண்டும். இதற்கு பலன்:

இப்படி உச்சந்தலை முதல் பாதம் வரை நனையும் போது நமது உடலிலுள்ள பிராணத்தின் அசைவால் வாய்வானது இயங்கும் போது மனம் சலனம் ஏற்படும் காலத்தில் உள்ளத்திலிருந்து எழும் எண்ண அலையின் வெப்பத்தால், தண்ணீர் பட்டவுடன் உச்சிக் குளிர்ந்து, எழும் எண்ண அலைகள் உள்ளத்தினிடமாக இருக்கும் மனத்தில் அடங்கி, மனமானது வாய்வில் ஒடுங்கி, வாய்வானது பிராணத்துடன் ஒன்றி நிற்கும்போது மனம் ஆழ்ந்த அமைதியில் குளிர்ச்சிபெற்று உடலில் நோய் அணுகாது. நோயிக்கு காரணம் எண்ணம் தான் என்பது சித்தர்கள் முடிவு. எந்த காலத்திலும் (குளிர் (அ) கோடை) தண்ணீரில் குளிப்பது நல்லது.

இம் முறையில் தலைக்கு தண்ணீர் ஊற்றினால் உடலுக்கு பிணி உண்டாவதில்லை. பிறகு விபூதி அணிந்த பின், இறைவணக்கம் செய்து தங்கள் அலுவல்களை கவனிக்கலாம். இப்படி செய்தால் நீண்ட ஆயுளுடன் இருக்கலாம்.

மூலிகை அகராதி

— முன் மாதத் தொடர்ச்சி

குப்பைமேனி

வேறு பெயர்கள் :— பூனை வணங்கி, மார்ஜால மோகினி, மேனி, அரிமஞ்சரி. ஆங்கிலம் : அகாலிபா இண்டிகா, தெலுங்கு : குப்பிசட்டு, மலையாளம் : குப்பாமணி, கன்னடம் : குப்பி கிட்டா, சமஸ்கிருதம் : அரிட்ட மஞ்சரி, இந்தி : குப்பி.

விபரம்

இது எங்கும் காணக்கிடைக்கும் செடி வகுப்பைச் சேர்ந்தது. ஒரு அடி உயரத்திற்கு வளரும் இது பற்றி 1969-ல் தின மணி சுடரில் 'மார்ஜால மோகினி' என்ற தலைப்பில் முழு விபரத்தையும் எழுதியிருக்கிறேன். அற்புதமான மருத்துவப் பயன் உடைய மூலிகை. ''நம் நாட்டு மூலிகைகள்'' முதல் பாகத்திலும் இதன் விபரம் காணலாம்.

உபயோக உறுப்பு—இலை, வேர், சமூலம்

சுவை : கைப்பு, கார்ப்பு, வீரியம் : வெப்பம், பிரிவு : கார்ப்பு

குணதிசயம்

ருதுவுண்டாக்கி, துயரடக்கி, வெப்படக்கி, புழுக்கொல்லி, பெருமலம் போக்கி, வாந்தியுண்டாக்கி, சிறுநீர் பெருக்கி, கோழையகற்றி.

குமிழ மரம்

வேறு பெயர்கள் :— பெருங்குமிழ், ஆங்கிலம் : கமாலியா ஏஷியாடிகா. மற்ற மொழிகளின் இதன் பெயர் காணப்படவில்லை.

விபரம்

தமிழகத்திற்கே உரிய மர வகுப்பு இது. புதர், காடு அடர்ந்த இடங்களில் வளரும். சிறு மர வகுப்பைச் சேர்ந்த இது

குத்துச் செடியாகவே வளரும். இதன் காய் கழற்சிக்காய் அளவு இருக்கும். பழுத்தவுடன் மஞ்சள் நிறமாக இருக்கும்.

உபயோக உறுப்பு—பழம்

சுவை : கைப்பு, வீர்யம் : வெப்பம், பிரிவு : கார்ப்பு

குணாதிசயம்

வரட்சியகற்றி, நுட்புழுக் கொல்லி, குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, மேனியுண்டாக்கி.

குருக்கத்தி

வேறு பெயர்கள் :— குருகு, மாதவி, ஆங்கிலம் : கோயப் நெரா ரேசி மோசா. தெலுங்கு : மாதவி, மலையாளம், கன்னடம், இந்தி மற்ற மொழிகளிலும் மாதவி லதா, மாதவி விருட்சா என்று பெயரிட்டுள்ளனர்.

விபரம்

இது கொடியாகவும், மரமாகவும் இரு வகையாக வளருகின்றது.

உபயோக உறுப்பு—பூ மட்டும்

சுவை : சிறு கைப்பு, சிறு இனிப்பு, வீர்யம் : சீதம், பிரிவு : கார்ப்பு

குணாதிசயம்

இளைப்பாற்றி, குளிர்ச்சியுண்டாக்கி, வரட்சியகற்றி, புண் அழுக்காற்றி, பித்தமகற்றி.

(தொடரும்)

மலேசியா & சிங்கப்பூரில்

"மூலிகை மணி"

பூரண வினியோக உரிமை பெற்ற விற்பனையாளர்,

ISMAIL BOOK DEPOT,	GETRICH SYNDICATE,
G. P. O. Box 149	112, Serangoon Road,
SINGAPORE.	SINGAPORE-8.

குறிப்பு :— ஆசிரியர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர் எழுதிய மருத்துவ நூல்களும், மருந்துகளும் எங்களிடம் கிடைக்கும்.

உ

முருகா.

நோயும் - மருந்தும்

[இப் பகுதியில் வாழ்க்கைக்கு பயன் தரும் எந்தவித கேள்விகளும் இடம்பெறும். கேள்வி கேட்பவர்களின் பெயர் அவசியமிருந்தாலன்றி வெளியிடப்படமாட்டாது. எல்லோ ருக்கும் பயன்படும் கேள்விகள் எதுவாயினும் சரி, அவை கட்கு முதலிடம் தரப்படும். இப் பகுதியில் ஐந்து ஆண்டு களாக தொடர்ந்து வந்த கேள்வி—பதில்களை மருத்துவ சம்பந்தப்பட்ட வரையில் தனியாக "நோயும்-மருந்தும்" எனத் தனி நூலாக வெளியிடப்பட்டுள்ளது. தேவையுள்ள அன்பர்கள் முன்பணம் மணியாடர் அனுப்பி பெறலாம். சினிமா சம்பந்தப்பட்ட கேள்விகள் கவனிக்கபட மாட்டாது. கூடிய வரையில் மருத்துவம், சமூகம், சமயம் பற்றிய கேள்விகளுக்குத்தான் முதலிடம்]

* * *

கே: தேவரீர், மனித குலம் போற்றும் மாமணியே! சித்த மருந்தொளி பரப்பும் மூலிகை மணி தலைவரே! வணக்கம். நீங்கா நோய் கொண்டுள்ள யான் ஓர் ஏழை மாணவன். நான் திரைப்படம் பார்க்கிலேன். புலால் உண்ணும் பழக்கமற்றவன். நான் பத்தாம் வகுப்பு பயின்று வருகிறேன். நவீன நாகரிக உடை அணிந்திலேன். பருத்தி உடை அணிவதுதான் என் வழக்கு. நான் 4-வயதில் ஒரு காய்ச்சல் கண்டு, நிலைமை மோசமாகி உயிர் பிழைத்தேன். அதன் பின்பு நான் இருட்டில் (குறைவான ஒளியில்) உள்ளவற்றை இடருதல் நீர் குவளைகள் சாய்த்துவிடல் போன்ற இன்னும் பல தவறுகள் செய்யப்பட்டன. கண் கூசு தலுடன் எதிர் திசையில் அருகில் உள்ள உணவு பாத்திரங்கள் தெரிவதில்லை. கண்களில் ஒளி படாதவாறு கையை வைத்துக் கொண்டால் எதிர் திசையில் உள்ளவர்களும் பாத்திரங்களும் தெரியும். பள்ளியில் போர்டில் உள்ள எழுத்துக்கள் தெரிவது இல்லை. புத்தகம் படிப்பது கிட்ட வைத்துதான் படிக்கவேண்டும்.

பக்கத்து பையன் எழுதுவதை பார்த்தும் எழுத முடியாது கிட்ட வந்து உற்று பார்க்கவேண்டும் இந் நிலையில் சிலரது கட்டாயத்துக்காகவும், செய்து பார்க்க வேண்டும் என்ற ஓர் ஆவலாலும் நான் என் கிராமம் அருகில் நடந்த "கருணாநிதி கண் சிகிச்சை முகாமில்' சிகிச்சை செய்து கொண்டேன. அதில் இரண்டு கண்களில் வலது கண் தெரியவே இல்லை. அதாவது இருந்த அரை குறை பார்வையும் அற்றுப் போய் கண்களில் சிறிதளவு வெளிச்சம் கண்ணை மூடிக்கொண்டு (நல்ல கண்) பார்த்தால் நம் இமைகளில் உள்ள இரத்தம் சிகப்பாய் தெரியும்; அது போல தெரிகிறது. ஆபரேஷன் செய்து கொண்ட வலது கண்ணால் மறறபடி சிறிதளவும் தெரிவதில்லை. ஆபரேஷனின் சாரம் தெரிந்த பார்வையும் அற்ற 'நொண்டியன்' ஆனேன். மிகவும் பெரிய குடும்பம்; வறிய நிலை, என் தாய் தந்தை தாத்தா பாட்டி வகையறுக்களில் எவருக்கும் குருட்டு நிலையில்லை! தங்களின் கருணை பெறவிருக்கும் நோயாளி, R. சண்முகசுந்தரம்.

ப: அன்பு மாணவ! உனது வரலாறு மிகவும் சோகமானது என்பதை நினைக்க மனது வேதனை தருகிறது. உனக்கு 4-வயதில் காய்ச்சல் கண்டு உடம்பு பலவீனத்தில் நொடித்துப் போனதுதான் அடிப்படைக் காரணம். திரைப்படம் பார்த்து, நாகரீக உடையணிந்து, புலால் புசித்து இருப்பின் நீ பிழைத்து இருக்க இயலாது. மாண்பமிகு அமைச்சர் கருணாநிதியால் நடத்தும் கண் சிகிச்சை முகாமில் சிகிச்சை செய்துக் கொண்டவர்கள் அனேகம் பேர்கள் இருந்த பார்வையும் குறைந்து விட்டதாகக் கூறி, எமது 'நேத்திரப் பூண்டு தைலம்' வாங்கிப் போட்டு பயன் அடைந்து வருவதாக தெரிவித்துள்ளனர். கவலைப்படவேண்டாம்! இன்று (24-10-78) உமது விலாசத்திற்கு அன்பளிப்பாகவே "நேத்திரப் பூண்டு தைலம்" ஒரு புட்டி அனுப்பியுள்ளது. தினமும் காலையில் இரு கண்களிலும் எழுந்தவுடன் ஒரு துளி வீதம் விட்டு 15 நிமிடம் கழித்து குளிர்ந்த நீரில் கழுவி விடவும் இப்படி கண்கள் பார்வை தெரியும் வரை விட்டு வரவும். கண்ணாடி அணிந்து இருப்பின் அவைகளை அணிய வேண்டாம். தூதுவளை, முசுமுசுக்கை, கரிசாலை, பொன்னாங்கண்ணி, மஞ்சள், வெள்ளை ரக முள்ளங்கி வகைகள், முருங்கைக் கீரை ஆகிய இவைகளில் ஏதாவது ஒன்றை நெய் விட்டு வதக்கி பகல் உணவில் சேர்த்து வரவும். நெற்றியில் விபூதியை நிறைய பூசி 'முருகா' என்று நினைந்து வழிபாடு செய்து வருவாய். முருகன் அருளால் உனக்கு நிச்சயம் பார்வை தெரிய ஆரம்பிக்கும். ஆசி! நலம் உண்டாக.

கே : என் வயது 31. எனக்கு கடந்த 1 வருட காலமாக கழுத்திலும், கையிலும் 50 காசு அகலத்தில் வண்டுகடி உள்ளது. இதை வேருடன் களைய ஒரு முறை கூறவும்?

ப : *சீமை அகத்தி இலைச்சாறு 15 மில்லி, பூவரசம் இலைச்சாறு 15 மில்லி கலந்து தினம் காலையில் மட்டும் 10 நாள் குடித்து, புளி, காரம் நீக்கி பத்தியமிருக்க வண்டுகடி நீங்கும்.*

கே : என் வயது 18. சென்ற இரு ஆண்டுகளாக பேச தொடங்கும் போது பேச்சின் இடையிடையே வாய் லேசாக திக்குகிறது. சரளமாக பேச முடியவில்லை. இதைப் போகக ஒரு முறை கூறவும்?

ப : திப்பிலியை வாயில் இரண்டு போட்டு அடக்கி வைத்துப் பேசுவதால் பேச்சுத் திக்கல் நாளடைவில் நீங்கும்.

கே : நீங்கள் ஆங்கில வைத்தியத்தைப் பற்றி மூலிகை மணியில் எழுதி வருவதை "அறிவுடையோர்" ஏற்றுககொள்ள மாட்டார்கள்!

ப : *நிச்சயமாக நீங்கள் கூறுவது முற்றிலும் உண்மையே! காரணம், அப்படி ஏற்றுக் கொண்டிருந்தால் 'மூலிகை மணி' இது நேரம் லட்சோப லட்சம் பிரதிகளுக்கு மேல் விற்பனையாகிக் கொண்டிருக்குமே! இப்பொழுது சில ஆயிரங்கள் தானே விற்பனையாகின்றன! ஆபாசமும், ஆங்கில மருத்துவ விளம்பரங்களையும் ஏற்று, அறிவைக் கெடுக்கும் பத்திரிகைகள் தான் லட்சக் கணக்கில் விற்பனையாகின்றன. ஆகவே "அறிவுடையோர்" யார் என்பதைச் சரியாக எடுத்துக் காட்டியமைக்கு மிக்க நன்றி!*

கே : என் நண்பர் ஒருவருக்கு சைகிளில் செல்லுவதால் அடிபட்டு, வலது சிறுநீரகம் வீங்கி பெரிடதாக உள்ளது. வயது 21 ஆகிறது. ஒரு மாத காலமாக இப்படி இருக்கிறது. இதற்கு என்ன செய்யலாம்?

ப : சுக்கு, பெருங்காயம், களிமண் இவைகளை ஒன்றாய் அரைத்து இரவு நேரங்களில் பற்று போட்டு விடிந்தவுடன் குளித்து கழுவி விடவும். இந்த சிகிச்சையின் போது சைகிள் சவாரி கூடாது. வாயவு பண்டம் நீகக வேண்டும்.

கே : உம்மிடம் வரும் நோயாளிகள் அத்தனை பேர்களும் குணமடைந்துள்ளனரா? என நீர் நெஞ்சில் கைவைத்து சொல்ல முடியுமா?

ப : எம்மிடம் வரும் நோயாளிகள் அத்தனை பேர்களும் நோய் ஆரம்பத்திலா வருகிறார்கள்? இந்த வைத்தியம், அந்த வைத்தியம், ஊசி, அறுவை, மாத்திரை, பேப்பர் விளம்பர வைத்தியம் அத்தனையும் செய்து விட்டு, கையில் உள்ள பணமும் தீர்ந்து ஓட்டாண்டியாகிய பின்பு, நோயும் சிக்கலாகி வருகிறார்கள். எனது நெஞ்சில் கைவைத்து சொல்லுகிறேன். இங்கு வரும் நோயாளிகளில் பாதி பேருக்காவது பூரணமாக குணமாக்கித் தான் அனுப்புகிறோம்.

கே : நான் பட்டு நெசவு தொழில் செய்பவன். இரவில் உறங்கி காலையில் எழுந்ததும், விந்து தானாகவே வெளியாகி இருப்பதை அடிக்கடி காண்கிறேன். நரம்பு தளர்ச்சி, உடல் களைப்பும் உண்டாகி, ஒரு சின்ன வேலையைக் கூட செய்ய முடிவதில்லை. ஒரு எளிய மருத்துவம் சொல்லவும்?

ப : நெசவுத் தொழில் தான் உடல் பலத்தைக் குன்றச் செய்து விடும். கண்கள் முதல் கால் வரை வேலை செய்ய வேண்டிய தொழில். நரம்பு தளர்ச்சி விரைவில் உண்டாகும். முருங்கை கீரையை தவறாமல் பகல் உணவில் சேர்க்க. நிலப்பனங்கிழங்கு, பாதாம் சேர்த்து ஊரவைத்து 35 கிராம் கசகசா கலந்து காலையில் அரைத்து காய்ச்சிய பசும்பாலில் கலந்து கற்கண்டு சேர்த்து குடித்து வரவும்.

கே : என் தாயாருக்கு வயது 45 ஆகிறது. இருமல் ஒரு மாத காலமாக இருந்து, ஆங்கில மருத்துவம் 2 முறை செய்தும் பூரண குணம் காணவில்லை. சளி கிடையாது இதை அறவே ஒழிகக வழி என்ன?

ப : சிற்றரத்தை, அதிமதுரம், சுக்கு, திப்பிலி, சீரகம் இதில் வகைக்கு 10 கிராம எடுத்து உலர்த்தி, கல், மண் எடுத்து இடித்து தூள் செய்து வேளைக்கு ஒரு சிட்டிகை வீதம் எடுத்து தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட்ட பின்பு சிறிது காய்ச்சிய பால் குடிக்கவும். 20 நாளில் இருமல் முற்றும் குணமாகும்.

கே : எனக்குத் தெரிந்த நண்பர் ஒருவர் மூல வியாதிக்காக சித்த வைத்தியரிடம் சென்றார். அவன் வெடிவைப்பதாகச்

சொல்லி, அவரது ஆசன வாயைக் கிழித்து ரத்தக்காடாக்கினுன். கடைசியில் அவருக்கு ஆங்கில வைத்தியமே ஆறுதல் அளித்தது. இதற்கு உமது பதில்?

ப: நீர் கூறுவது பொய்! உண்மையானுல் நிச்சயமாக அந்த சித்த மருத்துவனைச் சும்மா விட்டு இருக்க மாட்டீர்கள். கேஸ் போட்டு அம்பலத்துக்கு இழுத்து விட்டு இருப்பீர்கள். அது மட்டுமல்ல! பேப்பர்களிலும் கொட்டை எழுத்துக்களில் "வெடி வைத்து ஆசனத்தைக் கிழித்தான்" என்று வந்திருக்குமே!

கே: நான் ஒரு கல்லூரி மாணவன், வயது 19. உடலில் கற்ருழை நாற்றம் வீசுகிறது. குளித்து அரை மணி கழித்த பிறகு நாற்றம் அக்குளில் வீசுகிறது. இதை எப்படி போக்குவது?

ப: கஸ்தூரி மஞ்சள், கார்போக அரிசி, பூலாங்கிழங்கு, ஓமம் இவைகளை சரி எடை எடுத்து அரைத்து பசும்பாலில் கலந்து குழம்பாக்கி உடம்பு முழுவதும் பூசி, கை அக்குள் இடையிலும் பூசி அரை மணி கழித்து குளிக்க 1 மாதத்தில் கற்ருழை நாற்றம் நீங்கும்.

கே: நீர் விதிவிலக்கையே விதியாக பாவித்து வாசகர்களை ஏமாற்றி வருகிறீர்கள் அல்லவா?

ப: குற்றமற்றவன் சட்டத்தின் மூலம் குற்றவாளியாக்கப் படுகிறுன். வாய்ப் பேச்சில் திறமையுடையவன் உண்மையைப் பொய்யாக்குகிறுன். கேலி, கிண்டல், குதர்க்கம், ரசாபாசமான கட்டிப்பிடித்து அணைக்கும் ஆண் பெண் படங்களைப் பளபளக்கும் வண்ணக் கலர்களில் போட்டு விற்பனையைப் பெருக்கிக் கொள்ளும் சுயவிளம்பரப் பத்திரிகைகளையும் கண்ட பின்பு நீர் எதை விதிவிலக்கு; எதை விதியாகப் பாவிக்கிறீர்களோ? மூலிகை மணி தாங்கி வருவது எல்லாம் மூலிகைகளின் வண்ணப் படங்களே! இதில் வாசகர்களை ஏமாற்ற என்ன இருக்கிறது? மாலைக்கண்ணன் காண்பதெல்லாம் 'மஞ்சள் நிறம்' என்பது போல உள்ளது உமது வாசகம்.

கே: என் மனைவிக்கு குழந்தை பிறந்து 3 மாதமாகிறது. இது தான் முதல் பிரசவம். குழந்தை பிறந்து 1 வாரம் அளவுக்கு மீறி தாய்ப்பால் இருந்ததால் மனைவிக்கு காய்ச்சல் வந்தது. ஊசி மருந்துகளும், மாத்திரைகளும் சாப்பிட்டதால் காய்ச்சல் நின்று விட்டது. ஆனுல் தாய்ப்பால் அறவே இல்லாமல் போய்

விட்டது. பால் சுரப்பதே கிடையாது. "அம்மாமாம் பச்சரிசி" என்று மருந்து கடையில் கேட்டால், தெரியாது! என்கிறார்கள். பசும்பால் தான் கொடுத்து வருகிறோம். கொஞ்சம் கூட தாய்ப் பால் இல்லை. குழந்தை வளர; தாய்ப் பால் ஊற ஒரு மூலிகை மருத்துவம் கூறவும்?

ப: 'அம்மாம் பச்சரிசி' என்பது மருந்து கடையில் கிடைக்காது ஈரப்பசையுள்ள இடங்களில் இரு இலைகள் விட்டு கசகசா போல சாபபு நடுவில் பூ விட்டு வளரும் கிராம மக்கள் இதனை நன்கு அறிவார்கள். இது கீரையினமாகவே பருப்புடன் கடைந்து சாப்பிடுவதும் வழக்கம். முயற்சி செய்து தினமும் பகல் சாப்பாட்டில் சேர்த்து வரவும். மேலும் உளுத்தம் பருப்பு வடை, உருளைக்கிழங்கு போன்றவைகளும் நிறைய சேர்க்க பால் சுரக்கும். 7-நாளைக்கு அருகம்புல் காலையில் அரைத்து நெல்லி அளவு உள்ளுக்கு கொடுக்க ஆங்கில ஊசி மாத்திரை வேகமும் தணிந்து பால் சுரக்கும்.

கே: நான் 12 வயதுள்ள மாணவன். என் முகத்தில் வெள்ளையாக, திட்டு திட்டாக படர்ந்து உள்ளது. அதை தேம்பல் என்று கூறுகிறார்கள். தேர்வுக்காக படித்து எழுதும்போது மறதி உண்டாகிறது. திடீரென்று விடைகள் மறந்து விடுகின்றன. என் குறைகள் நீங்க ஒரு மருத்துவம் கூறவும்?

ப: வெள்ளைக் கலியாண முருக்கன் இலையை திட்டுத் திட்டாகப் படர்ந்துள்ள இடங்களில் கசக்கித் தேய்த்து அரை மணி நேரம் கழித்து குளிக்கவும். ஞாபக மறதிக்கு '**வல்லாரைத் திப்பிலி**' சாப்பிட்டுவர நீங்கும்.

கே: தங்கள் மூலிகை மணியில் 'சாகா மூலிகை' என்ற மூலிகையைப் பற்றி எழுதி இருந்தீர்கள். இது எங்கு கிடைக்கும்; அதன் பயன் என்ன என்பதை அறிவிக்கவும். அதற்கு வேறு பெயர்கள் உண்டானால், அதனை தெரிவிக்கவும். நாட்டு மருந்து கடையில் கிடைக்குமா?

ப: சாகா மூலி என்பது ஆகாசகருடன் கிழங்கு என்பதாகும். இதனை நாட்டு மருந்து கடைகளில் பெறலாம். குருவிக்காரன் கூட சில சமயங்களில் நகரத்துக்கு கொண்டு வந்து விற்பதுண்டு. சமயம் பார்த்து வாங்கி வீடுகளில் கட்டிவைத்து மருந்தாகவும் பயன்படுத்தலாம். இது 'நம் நாட்டு மூலிகைகள்' வரிசையில் இடம் பெற்றுள்ளது.

கே : எனது இளைய பெண்ணுக்கு வயது 13 ஆகிறது. கடந்த 7-மாத காலமாக அடிக்கடி தலை சுற்றுகிறது. 1 வருட காலமாக 2 காதுகளும் "கும்" என்று அடைத்துக் கொண்டு சரியாக கேட்பதில்லை. ஆங்கில மருத்துவத்தில் பயன் காண வில்லை. எனவே நாட்டு வைத்தியத்தில் குணம் காண ஒரு வழி கூறவும்?

ப : வாரம் 2 முறை செம்பைப் பூவை நல்லெண்ணெயில் காய்ச்சி தலை முழுகச் செய்யுங்கள். தூதுவளை இலையை பசும்பாலில் 4 போட்டு காய்ச்சி கற்கண்டு சேர்த்து இரவு படுக்கு முன்பு குடிக்கச் செய்யவும். ஒரு மாதத்திற்குள் எல்லாம் சரியாகும்.

கே : என் வயது 24. 6 வருடமாக அடிவயிறு வலியும், நெஞ்சு வலியும் இருந்து வருகிறது. இதைப் போக்க மூலிகை சிகிச்சை ஒன்று கூறவும்?

ப : ஆறு வருடமாக இருக்கும் வயிற்று வலியும், நெஞ்சு வலியும் மூலிகை சிகிச்சையால் போகாது. நவ உப்பு மெழுகு, முத்து, மான் கொம்பு பற்பங்கள், மற்றும் இவைகளைப் போன்ற உயர்ந்த மருந்து வகை களை கைநாடி பார்த்து, அளவு முறைப்படி தக்க அனுபானங்களுடன் இரண்டொரு மாதம் சாப்பிட்டால் தான் நோய் பூராவும் நீங்கும்.

கே : ஆங்கில வைத்தியத்தை கேலி செய்வதில்தான் உங்கள் 'திறமை' செல்கிறது எந்த வைத்தியத்திலும் நன்மை யுண்டு, தீமையுண்டு. நல்ல வைத்தியரும், போலி வைத்தியரும் உலக முழுமையும் உண்டு. அதை நீர் ஏன் உணரவில்லை?

ப : ஏன் உணராமல்? படிக்காதவனும் பரம்பரை வைத்தியனும் அறியாமையால் பிறரை ஏமாற்ற முயற்சிக்கலாம் வறுமை காரணமாக. ஆனால் படித்துப் பட்டம் பெற்று ஏமாற்றுவது தவறு என்று படித்த அறிவால் சிந்தித்து உணர்ந்தும் கூட ஏமாற்றுகிறானே அவனை மக்கள் முன்பு நிறுத்துவதில் என்ன தவறு? இன்றைய உலகம் படித்த மேதைகள் பக்கம் தான் இருக்கிறது. படிக்காத பரம்பரை மருத்துவர்கள் ஒரு சிறிய தவறு செய்தால்போதும், அதனை மிகப் பெரியதாக காட்டி தூற்றுகிறது. படித்து பட்டம் பெற்றவன் எதைச் சொன்னாலும் அது தேவ வாக்காகிறது. பிரபல நகரில் ஒரு பட்டதாரி ஆங்கில மருத்துவர், அரசினர் மருத்துவ மனையில் கௌரவ மருத்துவராக இருந்துக்கொண்டு பல இடங்களில் நர்சிங்ஹோம் வைத்து நடத்துகிறார். அங்கு வந்து

தங்கும் நோயாளிகளிடம் நாலாயிரம் ஐயாயிரம் ரூபாய் பில் வாங்குகிறார். அதுமட்டுமல்ல! அவர் தன் சகாக்களுடன் இரவு நேரங்களில் சீமை பிராந்தி, சீட்டாட்டம், கொண்டாட்டம்தான். இன்னும் எவ்வளவோ அக்கிரமம். படித்துவிட்ட நம் நாட்டின் டாக்டர்கள் செய்யும் தீமைகள் இதையும் நீங்கள் உணருங்கள்.

கே: எனது வயது 18. நான்கு வருடங்களாக புகை பிடித்து வந்தேன். தற்சமயம் நிறுத்தி விட்டேன், ஆனால் மார்பு இருபுறத்திலும் வலியுண்டாகிறது. இதை தவிர்க்க ஒரு வழி சொல்லவும்?

ப: வெங்காயத்தை தினம் காலையில் கடித்து மென்று 1 வாரம் சாப்பிடவும். பிறகு வாரம் 2 முறை அகத்திப்பூ பருப்புடன் சமையல் செய்து சாப்பிட புகையிலையால் வந்த கெடுதல் நீங்கிவிடும்.

கே: நான் பத்தாம் நிலை படிக்கும் மாணவன். பாடங்களை படிக்கும் போது, மன அமைதி இருப்பதில்லை. குழப்பம் ஏற்படுகிறது. மன அமைதி ஏற்பட ஒரு யோசனை கூறவும்?

ப: பச்சை அருகம்புல் ஒரு கைபிடி, மிளகு ஆறு மட்டும், சீரகம் இரண்டு சிட்டிகை சேர்த்து அரைத்து எலிமிச்சங்காய் அளவு காலையில் சாப்பிட்டு பால் குடிக்கவும். 7-நாள் செய்ய மனக்குழப்பம் நீங்கி மனம் அமைதி உண்டாகும்.

கே: நான் ஒரு 15 வயதான ஆண் மகன். எனக்கு வெகு நாட்களாக ஆகாரம் உண்டாலும், உண்ணாவிட்டாலும் அடிக்கடி ஏப்பம் உண்டாகிறது. இதை நீக்க ஒரு மருத்துவம் கூறவும்?

ப: பிரண்டைத் தொகையல் நெய் விட்டு சோற்றுடன் பிசைந்து சூடாகவே சாப்பிட்டு பார்க்கவும். இதிலும் ஏப்பம் நிற்கவில்லையானால் வெகுநாட்களாக இருப்பதை தக்க மருத்துவரிடம் பரிசோதித்து, அவர் ஆலோசனையுடன் மருந்துண்ணல் வேண்டும்.

கே: ஐயா, ஞாபக சக்தியை விருத்தி செய்யும் பொருட்டு "வசம்பு" பொடியை பாலில் கலந்து உண்ணலாம் என்று சிலர் சொல்லுகிறார்கள். அது நல்லதா? — தீங்கு விளைவிக்குமா? விளக்கம் கூறவும்?

ப: வசம்பு சிறு குழந்தைகட்கு ஏற்றது. நமது (வசம்பு) கட்டுரை 'பிள்ளை வளர்த்தி' என்பதை வாசித்து, அந்தந்த முறைப்படி அதனை பயன்படுத்திக் கொள்ள நற்பயன் விளையும். பச்சையாக இடித்துப் பயன்படுத்தக் கூடாது.

உ
முருகா.

நீரிழிவுக் கிடங்கொடேல்!
(DIABETES)

[புலவர் தே. ப. சின்னசாமி முத்துகாபட்டி]

— முன் மாதத் தொடர்ச்சி

நீரிழிவின் வகை

சிலேத்துமத்தில்-10. அவை வசா, உத்தம, மச்சை, ஆதிக்க, சுரா, சுக்கில, உதக, பிரச, இலவண, தைத்திய - நீரிழிவு என்பனவாம். இவற்றில் உடல் பருத்தல், வெளுத்தல், தினவு, உணவு நீர் வேண்டல், இருமல், கோழை இருக்கும்.

நீரிழிவு பத்து துன்பங்களோடு முடியும். கீழ் வயிற்றில் துன்பம், நீர் கழிந்த பின் களைப்பு, மலக்காற்று மிகுதல், முத்தோடம் அதிகரித்தல், சுக்கிலம் நசித்தல், மிகு நீர்வேட்கை, கட்டிகள் தோன்றல், பேதி அதிகரித்தல், நினைவிழத்தல், உயிர் போதல் ஆகிய துன்பங்களே அவைகள்.

ஆங்கில மருத்துவம்

நீரிழிவுக்கு உருப்படியான ஆங்கில மருத்துவம் இல்லை. இருப்பினும் அவர்கள் விடுவதில்லை! மருத்துவம் செய்கின்றனர் மாதக் கணக்கில் - ஆண்டுக் கணக்கில் - இறக்கும் வரை! 1921-ஆம் ஆண்டு Frederick Banting என்பவரும், Charles Best என்பவரும் நீரிழிவுக்கு மருந்து கண்டுபிடித்தனர். அதுதான் Insulin என்பது. அவர்கள் ஒரு மில்லியன் மக்களை மேற்பார்வையிட்டனர். அவர்களுக்கு மருத்துவம் செய்தனர். சில கருத்தினை வெளியிட்டனர். "நடு வயதில், தொடக்கத்தில் மருத்துவம் செய்தால் குணமளிக்கலாம். மூன்றில் ஒரு பங்கு பகுதியினர் Insulin-ஆல் குணமாகலாம். நாள் தோறும் 1—2 ஊசி போட்டுக் கொள்ள வேண்டும்'' என்பதாகும் 1954-இல் Sulphony Lureas என்ற மாத்திரை கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. இதன் அடிப்படையில் பல விற்பனை, வணிக மாத்திரைகள் தோன்றி நீரிழிவுக்காரர்களைப் பிடித்துப் பேயாட்டம் ஆட்டுகின்றன. தொடர்ந்து இம் மருந்துகளைப் பயன்படுத்துவதால் இரத்த அழுத்தம், மயக்கம், கல்லீரல் வீக்கம், கட்டிகள் முதலியன தோன்றி ஆளையே நோயால் அடித்த பிண்டமாக்கி அழித்துவிடுவதைக் காணலாம் இதற்காகும் செலவைக் கணக்கிட்டே இதனைப் 'பணக்கார நோய்' என்கின்றனர். நீரிழிவை ஆங்கில மருத்துவத்தால் குணமாக்கிய வரலாறே இல்லை!

தமிழ் மருத்துவம்

நீரிழிவு நோய்க்குச் சரியான, நிரந்தரமாக குணமளிக்கும் மருத்துவம் தமிழ் மருத்துவமே! தமிழ் மருத்துவத்தில் பல முறைகள் இருக்கின்றன. அப்பிரகச் செந்தூரம், தங்கச் செந்தூரம் நிரந்தரமாக நீரிழிவைப் போக்குகின்றன. மற்றும் மதுமேக லேகியம், இடியாவரை இளகல் லேகியம்), கிராழம், சந்திரகாந்திப் பொடி (சூரணம்) நாவல் கொட்டை மாத்திரை ஆகியவைகள் நீரிழிவைப் போக்கும். நாவல் கொட்டை மாத்திரை எளிய சிறந்த முறையாகும். நாவல் கொட்டைகளை உலர்த்தி இடித்துச் சலித்த பொடியை, ஆடுதீண்டாப்பாளைச் சாற்றால் நன்கு கல்வத்தில் அரைத்து மாத்திரைகளாகச் செய்து வைத்துக்கொண்டு நாளும் காலை, மாலை நோய்க்குத் தக்கவாறு சாப்பிட்டு வர குணமாகும். சிறுகுறிஞ்சான் என்னும் சர்க்கரைக் கொல்லி சூரணமும் சிறந்த எளிய முறையாகும். நாளும் காலை, மாலை தவறாது ஒரு பாகற்காயை இடித்துச் சாறு பிழிந்து வெந்நீரில் 9 நாள் சாப்பிட நீரிழிவு குணமாகும். நூறாண்டு ஆன வேம்பின் சமூலச் சூரணமும் சிறந்ததாகும். இதை "நம் நாட்டு மூலிகைகள்" நூலில் காணலாம்.

நீரிழிவுக் கிடங்கொடேல்

நீடித்த கொடிய நோயான நீரிழிவுக்கு ஆளாகி அழிவதை விட இடங்கொடாது இருப்பதே அறிவுடைமையாகும். சில வழிகள் முறைகள் ஈண்டு கூறப்படும். எதிலும் அளவு வேண்டும். சிறுநீர்ப்பிரிதி, கல்லீரல் கெடும்படியான மிகுபுணர்ச்சி; உழைப்பின்றி மிகு உணவு; புலால், கொழுப்பு, இனிப்பு மிக்க உணவு, காபி, டீ அடிக்கடி அருந்தல் ஆகிய வற்றைத் தவிர்க்க வேண்டும். மூலச்சூடுண்டாக்கும் மலச்சிக்கலைத் தவிர்க்கவும் அதிக மூளை உழைப்பைக் குறைக்கவும் கவலையை அறவே விட வேண்டும். செயற்கை மோகத்தை விட்டு இயற்கையில் ஈடுபாடு கொள்ள வேண்டும். வயிறு, குடல், குருதி தூய்மையாக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். உணவில் காய் பழம், கீரைகள் நிறைய சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். கிழமை தோறும் தவறாது ஒரு முறை முருங்கைக் கீரை பாகற்காய் பிறை தோறும் ஒரு முறை அகத்திக் கீரை, சுண்டைக் காய் சேர்த்து வந்தால் நீரிழிவே வாராது. நீர் ஆரைக் கீரை தினமும் சாப்பிட்டு வர நீரிழிவு அறவே நீங்கும்.

நாம் உண்ணும் உணவில் உள்ள சத்துக்கள் தவறாது திசுக்களுக்குச் சேரவேண்டுமானால் உடல் உழைப்பு வேண்டும். அல்லது உடற் பயிற்சி வேண்டும். இஃதில்லாவிடில் உணவுச் சத்துக்கள் சிறுநீரகத்தில் வெளியேற நீரிழிவைத் தோற்றுவிக்க ஏதுவாகும். மன அமைதி,

மலர்ந்த முகம். மென்மை உள்ளம். அளவான எளிய உணவு மிதமான போகம். மிகுதியான உடல் உழைப்பு நெறி பிறழாமை ஆகிய யாவும் நீரிழிவுக்கிடங் கொடாத வழி வகைகளாகும். உள்ளத்தை அமைதி யாக்கும் இறை வழிபாடும் நீரிழிவு வராமல் காக்கும். காலை, மாலை பிரார்த்தனை, ஜெபம் செய்வதால் நோய் நீங்கி விடும்.

நீரிழிவுக்காரர்கள் சிலவற்றைத் தவிர்த்தல் வேண்டும். சர்க்கரை, மாவு, கொழுப்பு உணவுகளைத் தவிர்க்கவும். வெல்லம், கற்கண்டு, மிட்டாய், மைதா, கிழங்கு, அரிசி ஆகியவற்றையும் தவிர்க்கவும். அடிக்கடி காபி சாப்பிடும் பழக்கம் உள்ளவர்களுக்கு 40-வயதிற்கு மேல் உறுதியாக நீரிழிவு வரும். ஆகவே காபியை அறவே நீக்கவேண்டும்.

நீரிழிவுக்காரர்கள் உணவில் சிலவற்றைச் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். அவை பால். மோர், வெண்ணெய் எடுத்த தயிர், ஆரஞ்சு, அன்னாசி, தக்காளி, உளுந்து, பயறு, கடலை, துவரை, முளைக் கீரை, பொன்னாங்கண்ணி, முள்ளங்கி, கத்தரி, வெள்ளரி, காலிபிளவர், முட்டைகோசு, கோதுமை, கேழ்வரகு ஆகியவைகளாம். நிறைய கீரைகள் சாப்பிடுவதே சிறந்த மருத்துவமாகலாம்.

நீரிழிவு பெண்களுக்கு அவ்வளவாக வருவதில்லை! ஆண்களுக்கே அதிகம். பெண்களுக்குண்டான மாதவிலக்கு அவர்களைப் பல நோய் களிலிருந்து காப்பாற்றுகின்றது. குருதியில் சேர்கின்ற கெட்ட நீர் வெளியேறி விடுகின்றமையே அதற்குரிய காரணமாகும். பெண்களுக்கு வராது என்றும் சொல்வதற்கில்லை! வரும். வந்தாலும் ஆண்களைப் போல் அதிக அவதிக்கு ஆளாக வேண்டுவதில்லை. நீரிழிவு மரபுவழியும் வரும். தொற்று நோயாகவும் இருக்க வாய்ப்புள்ளது.

இத்தகு கொடிய நீடித்த நீரிழிவுக் கிடங்கொடாமல் வாழ்வதே சிறப்பாகும்.

பேரழிவுக்கிடமான நீரிழிவுக்கிடங் கொடேல்!

★

ஏஜெண்டுகள் கவனத்திற்கு

பல ஏஜெண்டுகள் முன்னிதழ் பாக்கிப் பணத்தை உடனடி யாக அனுப்பி வைக்க கோரப்படுகிறார்கள். பழைய பாக்கியை அனுப்பவில்லையானால், புதிய இதழ்கள் கண்டிப்பாக அனுப்ப இயலாது

மணி மொழிகள்!

— திருமுருக. கிருபானந்தவாரியார் சுவாமிகள்

அன்பனே!

உனக்கு "சரி" என்று பட்டதையே "சரி" என்று முடிவு கட்டாதே;

இன்று "சரி" என்று உனக்குத் தோன்றிய ஒன்றே நாளை 'தவறு" என்று தோன்றும்.

உனது அறிவு வளர்கின்ற அறிவு.

பூரணமாக வளர்ந்து அருளறிவு பெற்ற தீர்க்கதரிசிகள் கூறிய நியதியையும் நியாயங்களையும் கடைப்பிடித்து வாழ்வாய்.

பால் தயிராகி, தயிரில் வெண்ணெய் தோன்றி வெண்ணெய் நெய்யாகின்றது.—பஞ்சு நூலாகி, நூல் நீள ஆடையாகி, ஆடை சட்டையாகின்றது. அரும்பு மலர், காய், கனி.

இவைபோல் ஆசை, பற்று, அன்பு, அருள் என்பவை உள்ளத்தில் எழுபவை. ஆசை பற்றாகி, பற்று அன்பாக மலர்ந்து, அன்பு அருளாகிப் பழுக்கின்றது.

ஆசையுடையவன் அரக்கன்; பற்றுடையவன் விலங்கு; அன்புடையவன் மனிதன்; அருளுடையவன் தெய்வம்.

பிறரைக் கெடுத்துத் தான் மட்டும் வாழ வேண்டும் என்ற எண்ணம் ஆசை.

தான் மட்டும் வாழ வேண்டும் என்ற எண்ணம் பற்று.

தானும், தன் இனமும், தன் நாடும் வாழ வேண்டும் என்ற எண்ணம் அன்பு.

சராசரம் எல்லாம் வாழ வேண்டும் என்ற எண்ணம் அருள்.

சித்தர்கள் பற்றிய ஆய்வுத் தொடர்க் கட்டுரை!

நம் நாட்டுச் சித்தர்கள்!

[இரா. மாணிக்கவாசகன், எம். ஏ. எம். லிட்.]

'சிவவாக்கியர்'

— முன் மாதத் தொடர்ச்சி

முன் கூறிய விளக்கங்களில் பத்தர் சித்தராதல் உண்டு, சித்தர் பத்தராதல் இல்லை என்னும் விதியைக் கொண்டு, இருவர் வாழ்க்கை நிகழ்ச்சியும் ஒன்றியுள்ளதால் இருவரும் ஒருவரே எனக் கொண்டால், சமயம் சார்ந்த திருமழிசை ஆழ்வாரே, சமயம் கடந்த சிவவாக்கியராய் உயர்ந்து விளங்கியிருத்தல் வேண்டும் என முடிவு கொள்ளுதல் பொருந்துமாறுள்ளது.

சித்தர்கள் சாதி சமயம் அற்ற பெருநிலையில் நிற்பவர்கள் என முன்னர் கண்டோம். சாதியைப் பற்றியும், சாத்திரங்களைப் பற்றியும், இறைமைப் பற்றியும் அவரது பாடல்கள் கொண்டு ஆராய்வோம்.

'சாதியாவது ஏதடா சலம் திரண்ட நீரலே' -45

'சாதிபேதம் என்பதொன்று சற்றுமில்லை இல்லையே' -211

'பறைச்சியாவது ஏதடா பணத்தியாவது ஏதடா
இறைச்சிதோல் எலும்பினுலும் இலக்கமிட்டு இருக்குதோ
பறைச்சிபோகம் வேறதோ பணத்திபோகம் வேறதோ
பறைச்சியும் பணத்தியும் பகுந்து பாரும் உம்முளே' 38

இவை சாதியைப் பற்றிய சில எடுத்துக்காட்டுகள். மூன்ருவதாகக் காட்டப்பட்ட மேற்கோள் எந்த அளவுக்குச் சமுதாய உயர்வு தாழ்வுகளை அவர் சாடுகின்ருர் என்பதைத் தெளிவாக்கும்.

அடுத்துத் சாத்திரங்களையும் தேவையற்ற பழக்க வழக்கங்களையும் சாடுகின்ருர்.

சாத்திரங்கள் ஓதுகின்ற சட்டநாத பட்டரே
வேர்த்து இறைப்பு வந்தபோது வேதம் வந்து உதவுமோ -13

பிறந்தபோது கோவணம் இலங்குநூல் குடுமியும்
பிறந்ததுடன் பிறந்ததோ பிறங்குநாள் சடங்கெலாம் -188

சாத்திரங்கள் பார்த்துப்பார்த்து தான்குருடு ஆவதால்
நேத்திங்கெட பெரியோனை நேர்துதிசெய் மூடர்காள் -524

இவை சில

இனி இறைவனைப் பற்றியும், இறைமையைப் பற்றியும் பாடியுள்ள பாடல்களைக் காணுவோம். அனைத்து ஆற்றலுக்கும் அடிப்படையாய் அமைவது மனமேயாகும் ''மனமது செம்மையானால் மந்திரம் செபிக்க வேண்டாம்'' எனப் பாடுகின்றார் திருமூலர். சிவவாக்கியரும் மனத் தூய்மை இல்லாமல் பறவேடமிட்டு அலைகின்ற போலித் துறவிகளை யெல்லாம் பெரிதும் சாடுகின்றார் பணத்திற்காகவும், புகழுக்காகவும் வேடமிட்டுத் திரிகின்ற கபட சன்யாசிகளால் சமய உலகும், சமுதாயமும் கெட்டுப் போவது உறுதி என்பதறிந்து அவ்வேடதாரிகளை மிகக் கடுமையாகத் தாக்குகின்றார்.

மனத்தகத்து அழுக்கறுத மவுனஞான யோகிகள்
வனத்தகத்து இருப்பினும் மனத்தகத்து அழுக்கறுர் -182

அழுக்கறத் தினங்குளித்து அழுக்கறுத மாந்தரே
அழுக்கிருந்த தெவ்விடம் அழுக்கலாத தெவ்விடம் -209

வெந்தநீறு மெய்க்கணிந்து வேடமும் தரிக்கிறீர்
சிந்தையுள் நினைந்துமே தினமும் செபிக்கு மந்திரம்
முந்த மந்திரத்திலோ மூல மந்திரத்திலோ
எந்த மந்திரத்திலோ ஈசன்வந்து இயங்குமே -220

சர்வதான தத்துவச் சடங்கு செய்யும் ஊமைகாள்
தேவர் கல்லும் ஆவரோ சிரிப்பதன்றி என்செய்வேன் -126

காலைமாலை நீரிலே முழுகும் அந்த மூடர்காள்
காலைமாலை நீரிலே கிடந்ததோரை என்பெறும் -127

காவியும் சடைமுடி கமண்டலங்கள் ஆசனம்
தாவுருத்தி ராடசம் யோகத் தண்டு கொண்ட மாடுகள்

தேவியை அலையவிட்டு தேசம் எங்கும் சுற்றியே
பாவியென்ன வீடெலாம் பருக்கை கேட்டு அலைவரே -518

இவை சில மேற்கோள்கள்.

இனி, இறைவன் ஊருக்கு ஒதுக்குப்புறமாக எங்கோ ஓர் இடத்தில் இருக்கின்ற கோயிலில் மட்டும் தான் குடியிருக்கிறான் என்று நினைத்துக் கொண்டு எப்பவாவது ஒரு முறை சென்று வணங்கி விட்டு வந்து பின்னர் அவனை மறந்து நம்முடைய தொழிலைக் கவனிக்கச் சென்றுவிடுகின்றோம். எப்பொழுதும் மற்றவரைக் கெடுக்கத் திட்டமிட்டவாறே இருப்பவன், உள்ளொன்று வைத்துப் புறமொன்று பேசுபவன், குறுக்கு வழியில் பொருள் தேடும் சிந்தனையுடையவன் முதலியோர் மாதம் ஒரு முறை கோயில் சென்று பாலாபிஷேகம் செய்வாரேயானால் இறையருள் கிட்டுமா? பணத்திற்கும், பாலுக்குமா இறைவன் ஆசைப்படுவான்? அவனுக்குத் தேவை தூய்மையான மனமல்லவா? "உள்ளம் பெருங் கோயில் ஊனுடம்பு ஆலயம்" எனப் பாடுவார் திருமூலர் சிவவாக்கியர் போல மிகக் கடுமையாகத் தாக்கியவர்கள் இல்லை என்றே கூறலாம்.

கோயிலாவது ஏதடா குளங்களாவது ஏதடா
கோயிலும் குளங்களும் கும்பிடும் குலாமரே
கோயிலும் மனத்துளே குளங்களும் மனத்துளே -33

நட்டகல்லைத் தெய்வமென்று நாலுபுட்பம் சாத்தியே
சுற்றிவந்து முணமுணஎன்று சொல்லுமந்திரம் ஏதடா
நட்டகல்லும் பேசுமோ நாதன் உள்ளிருக்கையில் -496

கல்லுவெள்ளி செம்பிரும்பு காய்ந்திடும் தராக்களில்
வல்லதேவ ரூபபேதம் அங்கமைத்துப் போற்றிடில்
தொலை அற்றிடப்பெரும் சுகந்தருமோ சொல்லுவீர்
இல்லைஇல்லை இல்லைஇல்லை ஈசன் ஆணை இல்லையே -522

உண்மையில் ஈசன் இருக்குமிடம் எது?

நாடுகின்ற தம்பிரானும் நம்முளே இருக்கவே
போடுதர்ப்ப பூசைஎன்ன பூசைஎன்ன பூசையே -480

பூவும் நீரும் என்மனம் பொருந்து கோயில் என்உளம் -195

நாடிஓடி உம்முளே நயந்துணர்ந்து பாருமே -242

இவை சிவவாக்கியத்தின் சில அடிகள்.

முடிவுரை :—சிவவாக்கியரின் வாழ்க்கை நிகழ்ச்சியும் திருமழிசை ஆழ்வாரின் வாழ்க்கை நிகழ்ச்சியும் ஒன்று போலக் கூறப்படுவதாலும், பாடல்களிலும், சந்தத்திலும் ஒருவித ஒற்றுமை காணப்படுவதாலும் இருவரும் ஒருவரே என இலக்கிய வரலாற்று ஆசிரியர்கள் கூறுவர். இவர்களின் இக் கூற்றை மறுக்க வேண்டுவதில்லை. ஆனால் யார் யாராக மாறினர் என்பதில் பலத்த கருத்து வேறுபாடு உள்ளது இதற்கு விடையாக சமயம் என்பது சிறிய எல்லையையுடையது; ஆன்மீகம் சமயத்திற்கு அப்பாற்பட்டது திருமழிசையழ்வார் சிறிய எல்லையில் இருந்தவர்; சிவவாக்கியர் ஆன்மீகம் என்னும் சமயங்கடந்த பெருநிலையில் இருந்தவர் என்பதால், திருமழிசையாரே பின்னர் சிவவாக்கியர் என்னும் பெயரோடு விளங்கியிருத்தல் வேண்டும். சமதாயத்திற்கும், சமயத்திற்கும் தூய தொண்டாற்றுவது சித்தர் பாரம்பரியம் என்பதை இக் கட்டுரையில் கண்டோம்.

(தொடரும்)

மூலிகை மணி ஆசிரியர்

ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R. M. P. அவர்கள்

சில மாதங்களுக்கு வேலூர் மருத்துவ மனையிலேயே தங்கி இருப்பார். ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் மட்டும் சென்னை முகவரியில் இருப்பார். எனவே வாசக அன்பர்கள், சந்தா அன்பர்களும் நோய் பற்றிய ஆலோசனையும், மருந்தும் பெற மருத்துவ மனையில் தங்கிச் சிகிச்சைபெற விரும்புவோர்கள் யாவரும் வேலூர் முகவரிக்கு வரவும். போன் நெ. 726

59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-1

ஞாயிற்றுக் கிழமைகளில் மட்டும் போன் நெ. 666249

23, கிளப் ரோடு-கிழக்கு, ஷெனாய் நகர்,

சென்னை-30. (திரு. வி. க. பூங்கா அருகில்) நேரில் வரவும்.

வாசக அன்பர்கட்கு மட்டும்

எமது தயாரிப்புகள்:

அக்டோபர்—'73 முதல்

* [விலைவாசிகள் ஏற்றக் காரணத்தால் சிறிது விலை கூட்டப்பட்டுள்ளது]

முக்கூட்டு கற்ப மூலிகைத் தைலம்

எண்ணெய் ஸ்னானத்திற்கு ஏற்றது. தேக வலிமையும் உண்டாக்கி உடல் சூட்டைத் தணித்து, ஆரோக்கியத்தைத் தரும்.

ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

மருதோன்றித் தைலம்

தலைமுடி கொட்டுபவர்களுக்கு ஏற்றது. தலை முடி கொட்டுவதை நிறுத்து வதுடன் கருமையாக தலைமுடியை வளர வைக்கும்.

ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

மூலிகை பேதி மாத்திரை

மலச்சிக்கல், மலப்புழு உள்ளவர்கள் மாதம் ஒரு முறை சாப்பிடலாம். குழந்தை முதல் பெரியோர்கள் வரை பயமின்றிச் சாப்பிடலாம்.

25 மாத்திரை விலை ரூ. 3—00

வல்லாரைத் தைலம்

மண்டை வறட்சி, ஞாபக மறதி, வழுக்கைத்தலை, அதிஉஷ்ணம், பித்தம் ஆகியவை நீங்கி தேகம் குளிர்ச்சியாகும்.

ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

முசுமுசுக்கைத் தைலம்

தலைக்குத் தடவிவர சகல உஷ்ணமும் நீங்கும். பீனிச நோய், அகால ரோமம் உதிர்தல், ஆஸ்துமா, காச நோயுடையவர்களுக்கு ஏற்றது.

ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

கருவேலன்பட்டை பற்பொடி

தினசரி உபயோகத்திற்காகவும், பல்லுறுதிக்கும், பல் தூய்மைக்கும் சிறந்தது கருவேலன்பட்டை பற்பொடி.

ஒரு பாக்கெட் விலை ரூ 1—00

காது நோய் எண்ணை

காதில் சீழ் வடிதல், இரத்தம் வருதல், காது வலி, வீக்கம் ஆகியவை களுக்கு சிறந்த மூலிகைகளால் தயாரித்தது.

ஒரு புட்டி விலை ரூ. 2—50

வல்லாரைத் திப்பிலி

பள்ளி செல்லும் இளம் மாணவ மாணவியர்களின் ஞாபக மறதி நீங்கி, கவனமாய்ப் படித்து தேர்வு எழுதி முதன்மையாகத் தேறலாம்.

40-நாள் மருந்து பாக்கெட் விலை ரூ. 4—00

பொன்னுங்கண்ணி தைலம்

அசல் பொன்னுங்கண்ணிக் கீரையால் முறைபடி தயாரித்தது. கண் ஒளிக்கும், பார்வைக்கும் சிறந்தது. தலைக்கு ஸ்னானமாகவும், தினம் தடவிக் கொள்ளவும் ஏற்றது. ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

புதிய மருந்துகள் விபரம் :

தலைவலிக்கு தைலம்

அடிக்கடி தலைவலி வரும் அன்பர்கள் வாரம் இருமுறை இதனை தேய்த்து ஸ்னானம் செய்துவர படிப்படியாகத் தலைவலி நீங்கும்.

ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

புழுவெட்டு நீங்கத் தைலம்

தலையில் வரும் புழுவெட்டு, பொடுகு, ஆகியன நீங்க இதனை தினமும் தலைக்குத் தடவி வரலாம். ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

பித்தத்திற்குச் சூரணம்

காபி, டீ, புகையிலை மற்றும் பித்தம் தொடர்பான பொருள்களை அதிகமாக பயன்படுத்துவோர், இந்த சூரணப் பொடியைப் பயன்படுத்தி பித்தத்தை நீக்கலாம். ஒரு பாக்கெட் விலை ரூ. 3—50

ஆவாரைப் பஞ்சாங்க சூரணம்

நீரிழிவு நோயுடையவர்கட்கு, அந் நோயைக் கட்டுப்படுத்தவும், காபி, டீ, போன்ற பானங்கட்குப் பதிலாக இதனை காபி போல் பயன்படுத்தி நீரிழிவைக் கட்டுப்படுத்தலாம். ஒரு பாக்கெட் விலை ரூ. 5—00

செம்பரத்தம் பூ தைலம்

இளம் வயதினர்கட்கு முடி செழித்து வளர, தலைக்குத் தடவி வந்தால் இத் தைலம் துணைபுரியும். ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

தேவையான மருந்தைக் குறிப்பிட்டு, இத்துடன் தபால் செலவு ரூ. 2—05 சேர்த்து கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு மணியாடர் செய்தால் உடன் பார்சல் மூலம் வரிசைக் கிரமமாக அனுப்பி வைக்கப்படும்.

மருந்துகள் ஒன்றுக்கு மேல் 2 (அ) 3 புட்டிகளுக்கு ரூ. 3—05 ம், 4 (அ) 5 புட்டிகளுக்கு ரூ. 4—05 ம் தபால் செலவு சேர்த்து அனுப்பவும்.

மணியாடர் கூப்பனில் தெளிவான விலாசமும், தேவையான மருந்துகளும் விபரமாக எழுதாவிடில் கவனிக்க இயலாது.

முகவரி :— ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R. M. P.

59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-1 (வ. ஆ.)

உ
முருகா

நோய்களின் பெயர் அகராதி!

— முன் மாதத் தொடர்ச்சி

ஆங்கிலம் :		தமிழ் :
Gastric ulcer (காஸ்ட்ரிக் அல்சர்)	—	இரைப்பைச் சுடலில் காணும் விரணம்
Gastric cancer (காஸ்ட்ரீக் கான்ஸர்)	—	அன்னாசயப் புத்து
Gastritis (காஸ்ட்ரீடிஸ்)	—	அன்னாசய தாபிதம்
Gastrodynia (காஸ்ட்ரோடைநியா)	—	இரைப்பை ; இசிவு
Genuvalgum (ஜீனுவல்கம்)	—	முழங்கால் காயம்
Gastronome (காஸ்ட்ரோநோமி)	—	சாப்பாட்டுப் பிரியன்
General Paresis (ஜனரல்பாரிஸிஸ்)	-	பைத்தியம்
Glanders (க்ளாண்டர்ஸ்)	—	சேம்பா ரோகம்
Glands (Diseases of) (க்ளான்ட்ஸ் டிஸீஸஸ் ஆவ்)	—	விதை நரம்புகளின் நோய் ; கண்டமாலை நோய்
Glaucoma (க்ளாகோமா)	—	கண் நோய்களில் ஒன்று
Gleet (க்ளீட்)	—	வெட்டை ; மேகநீர் ; வெள்ளைப் படுதல் ; நாள்பட்ட மேகம்
Glossitis (க்ளாஸிடீஸ்)	—	நாக்குத் தாபிதம் ; நாக்குப் புண்
Glucosuria (க்ளுகோசூரியா)	—	மது மூத்திர நோய் ; டயபிஷயர் நெச் மதுமேகம்
Gravedo (க்ரேவிடோ)	—	சளிப்பினால் காணும் இருமல்

Goitre or Derbyshire neck (காய்டர்) — களகண்டமாலை; கழுத்தில் உருண்டை போல் கட்டிக் கொள்ளுகிற வியாதி

Gonorrohoea (கனேரியா) — பிரமேகம்; மேகச்சூடு; வெள்ளை; மேக கங்கை; வெட்டை; சீழ்ப் பிரமேகம்; மேக வெட்டை

Gout (கௌட்) — சூலை; வாதசூலை; சந்துவாதம்

Gumsspongy (கம்ஸ்பாஞ்சி) — வாய் விரணம்

Gun-shot-wounds (கன் ஷாட் உண்ட்ஸ்) — குண்டடி பட்ட காயம்

Haematemesis (ஹேமடிமிஸிஸ்) — ரத்த வாந்தி

Haematidrosis (ஹேமடிட்ரோஸிஸ்) — ரத்த வியர்வை

Haematocele / Haemotocele (ஹேமடோஸீல்) — உதிர அண்டம்; ரத்த அண்டம்

Haematoma Auris (ஹேமடோமா ஆரிஸ்) — காதினின்று பருவினுல் உதிரப் பெருக்கு

Haematuria (ஹேமடூரியா) — ரத்தப் பிரமேகம்; ரத்த மூத்திர நோய்

Haemogastic fever (ஹேமோஜாஸ்டிக் பீவர்) — பித்த சுரம்

Haemoptysis (ஹேமோப்டிஸீஸ்) — ரத்த காச ரோகம்; ரத்த சிலேத்தும ரோகம்

Haemorrhage (ஹேமர்ஹேஜ்) — ரத்தப் பெருக்கு; ரத்த ஒழுக்கு

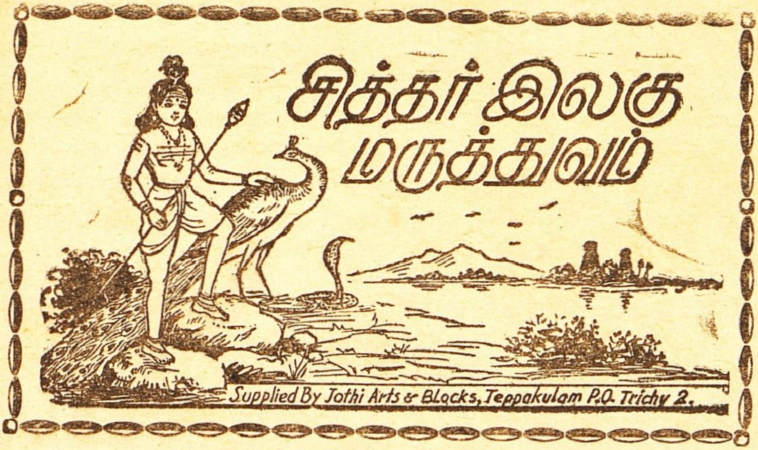
Haemorrhage from the bowels (ஹேமர்ஹேஜ் பிரம் தி பவல்ஸ்) — ரத்தக் கழிச்சல்; ரத்த விரேசன ரோகம்

Haemorrhage Postmartum (ஹேமர்ஹேஜ் போஸ்ட்மாடம்) — பிரசவத்திற்கு பிறகு காணுகிற உதிரப் பெருக்கு.

(தொடரும்)

உ

முருகா.



— முன் மாதத் தொடர்ச்சி

கை, கால் எரிச்சலுக்கு

சுக்கு, பரங்கிச் சக்கை, நன்னாரி வேர் வகைக்கு 35 கிராம் எடுத்து தனித் தனியாக இடித்து யாவும் ஒன்ருக கலந்து இதில் ஐந்தில் ஒரு பாகம் எடுத்து கால் படி தண்ணீர் விட்டு பாதியாகச் சுண்டவைத்த குடிநீரை காலை வேளையில் வெறும் வயிற்றில் குடிக்க 5 நாட்களில் கை, கால் எரிச்சல் நீங்கும்.

மேக வாய்வு, கை கால் பிடிப்பு நீங்க

பூவரசம் பட்டையை எடுத்து மேலே உள்ள சொற சொறப்பானவைகளை நீக்கி 5 பலம் எடுத்து இடித்து, அரை படி நீர் விட்டு நான்கில் ஒன்ருக சுண்டக் காய்ச்சி 20 கிராம் தேன் விட்டு கலந்து 3 நாளைக்கு காலை வெறும் வயிற்றில் கொடுத்து, உப்பில்லாத வெந்நீர் சோறு மட்டும் கொடுத்து பின்பு 3 நாளைக்கு மறு பத்தியம் புளி நீக்கி, உப்பு வறுத்து சேர்த்து மோர் சோறு மட்டும் கொடுக்கவும். 7-ம் நாள் சாம்பிராணி தூள் சேர்த்து நல்லெண்ணை காய்ச்சி ஸ்னானம் செய்ய மேக வாய்வு, கை கால் பிடிப்பு நீங்கும்

சூலை கட்டிற்கு

நன்னாரி வேர் 10 கிராம் எடை இடித்து 200 மில்லி வென்னீர் சேர்த்து 1 மணி நேரம் கழித்து வடிகட்டி 50 மில்லி குடிநீரில் 2 கிராம் நவாச்சாரத் தூள் சேர்த்து காலை மாலை குடிக்க, நாள்பட்ட முடக்கு வாதம், கீல் வாதம், சூலை கட்டு ஆகியன நீங்கும்.

ரத்தக் கட்டிக்கு, மூட்டு வீக்கத்திற்கு

படிகாரத்தூள் 20 கிராம், காடி நீர் அரை படி, ஆல்கஹால் 200 மில்லி அல்லது (சாராயம்) இம் மூன்றும் கலந்து வைத்துக் கொண்டு மெல்லிய துணியில் நனைத்து ரத்தக் கட்டிக்கும், மூட்டு வீக்கத்தின் பேரிலும் போட்டு வைத்து, துணி உலராமல் வைத்து இருக்க ரத்தக் கட்டிகள் மூட்டு வீக்கங்கள் யாவும் கரைந்து விடும்.

நாள்பட்ட வாதம், இடுப்பு வலி, மார்பு நோய், தாடை வீக்கம் இவற்றிற்கு

போஸ்தக்காய் ஓடு 10 கிராம், தேங்காய் எண்ணெ 100 மில்லி, அசல் கற்பூரம் 5 கிராம் யாவும் ஒரு புட்டியில் போட்டு வைக்கவும். இரண்டு மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை குலுக்கி வைக்கவும் மறு நாள் வலி உள்ள இடங்களில் தேய்க்கவும். சூடு எரிச்சல், சிகப்பு உண்டானால் நவாச்சாரம் 5 கிராம், பிராந்தி 30 மில்லி, சுடுநீர் 100 மில்லி சேர்த்து ஒரு புட்டியில் போட்டு குலுக்கி, 1 மணி நேரமிருந்து ஒரு மெல்லிய துணியில் நனைத்து போட்டு வரவும். இதையே பால் கட்டு, முலை வீக்கம், முலைக் கட்டி முலை ரணம் முதலியவற்றிற்கும் பயன்படுத்தலாம் யாவும் மேல் பூச்சு ஆகவே தவிர உள்ளுக்கு கொடுக்கக்கூடாது எச்சரிக்கை!

(தொடரும்)

மூலிகை மணி வாசக அன்பர்கட்கு!

இந்த ஐப்பசி மாத இதழுடன் ஒன்பதாவது ஆண்டு முடிவடைகின்ற படியால், அனேக வாசக சந்தா அன்பர்களின் சந்தா முடிவடைந்துள்ளது. அடுத்த இதழ் 10-வது ஆண்டை துவங்க இருப்பதால், சந்தா அன்பர்கள் ரூ. 6—00 மணியாடர் மூலம் அனுப்பி புதுப்பிக்க கோருகிறோம்.

'கார்த்திகை மலரில்' பல புதிய மருத்துவ ஆய்வுக் கட்டுரைகளும், சித்தர்கள் மறைத்து வைத்த புதைப் பொருள்களும் வெளியாக இருக்கின்றன. அத்துடன் "சித்த மருத்துவத்தின கருப்பொருள்" என்ற புதிய வெளியீடும் சேர்ந்து மலர் விலை ஒரு ரூபாய் (ரூ. 1—00) சந்தா சேர்ந்து விடுவோர்க்கு இலவசமாகவே அனுப்பி வைக்கப்படும். காகித பற்ருக குறையினுல் பிரதிகள் மிக சொற்பமாகவே அச்சிடுவதால் முந்திக்கொள்பவர்களுக்குத் தான் கிடைக்கும்!

மேலாளர் : மூலிகை மணி,

59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-1. (வ. ஆ.)

அனுபவம் உணர்ந்ததும் உண்மை

இராம. விசுவநாதன், பல்லாவரம் நத்தக்கொல்லை,
தூசி அஞ்சல். செய்யாறு Tk.

மதிப்பிற்குரிய மூலிகை மன்னர் அவர்கட்கு,

ஐயா, எனக்கு சில மாதங்களாகவே அடிக்கடி தலைவலி வருவதும் மாத்திரை விழுங்கினால் போவதுமாக இருந்தது. ஆங்கில வைத்தியர் கண்ணாடி அணியச் சொல்வார். எனக்கு ஆங்கில வைத்தியம் செய்ய துளியும் விருப்பமில்லை. தங்கள் 'மூலிகை மணி' இதழில் கண்டிருந்தபடி குப்பைமேனி இலைச்சாறு, நல்லெண்ணெய் சமமாக கலந்து காய்ச்சி தைலமாக்கி வாரம் இரு முறை ஸ்நானம் செய்து வந்ததில் இப்போது தலைவலி வருவது சுத்தமாக நீங்கி விட்டது. வேறொரு அன்பருக்கும் இதனை சிபார்சு செய்திருக்கிறேன். இவையெல்லாம் தங்களின் சீரிய தொண்டினால் தான் என்பதை மிகவும் நன்றியுடன் கூறிக்கொள்கிறேன்.

K. சக்கரவர்த்தி, கல்பட்டு (அ) திருவள்ளூர் Tk.
செங்கை.

பெருமதிப்பிற்குரியீர்! வணக்கம் பல.

ஐயா, தேள் கடிக்கு பலர் பலவிதமான வைத்திய முறைகள் கூறியபடி சிகிச்சை செய்ததில் பூரண குணம் கிடைக்காமல் இருந்தேன். ஆயின் எங்கள் ஊரில் இரு கர்ப்பவதிகளுக்கு முள்ளிச் சாற்றினை 100 மில்லி கொடுத்த அளவிலே குணம் ஏற்பட்டது. முதலில் நான் அதைச் செய்யும்படி சிலருக்கு சொல்லியபோது அவர்கள் என்னை ஏளனம் செய்தார்கள். பிறகு நானே சென்று இலை பறித்து சாறு அளித்ததும் வியக்கத்தக்க முறையில் குணம் ஏற்பட்டது. நான் கொடுப்பதற்கு முன்பே பலர் அரை மணி நேரம் வரை மருந்துகள் அளித்து மந்திரங்கள் போட்டும் பலனில்லை. பிறகு அவர்கள் பாராட்டியது அளவற்றது. அனைத்தும் தங்கள் அரிய பணியே!

வாழ்க தங்கள் பணி! வளர்க சித்த மருத்துவம்!!

T. M. சாமி, ஸ்டேஷன் ரோடு,
தாம்பரம் சானிடோரியம், சென்னை-17

வேலூர் மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர் அவர்களுக்கு, வணக்கம்.

தாங்கள் எழுதிய 160வது மூலிகை நந்தியாவட்டம் இலையை பரிசோதனை செய்து பார்த்து இரண்டு துளிகள் இரண்டு துளிகள் இரண்டு கண்களிலும் விட்டு வெற்றி அடைந்தேன் என்பதை மகிழ்ச்சியுடன் தெரிவித்துக் கொள்ளுகிறேன்.

MOOLIGAI MANI Regd. No. M 8354

இதய ஒலி!

Dr. P. நடராஜ், S. M. P. 17—10—73
மாணிக்கபுரம்,
கத்தாளப்பட்டி. P. O. கரூர்-5 (Tk.)

அன்புள்ள மூலிகை மன்னர் அவர்களுக்கு, என் வணக்கம்

நான் தங்கள் மூலிகை மணி வாசகர்களில் நானும் ஒரு பண்புள்ள மாணவன். புரட்டாசி மாத இதழ் மிகவும் மக்கள் பார்வையில் வைக்க வேண்டிய இதழ் ஏன்னென்றால், மக்களை ஏமாற்றி பத்திரிக்கை நடத்தி வரும் மோசக்காரன் கருப்பு கண்ணாடிகாரனுக்கு கொடுத்துள்ள சவுக்கடிக்கு என் சார்பாகவும், சித்த வைத்தியர்கள் சார்பாகவும் என் நன்றிறை அன்புடன் உங்களுக்கு சமர்ப்பிக்கிறேன்.

அன்புள்ள மாணவன், Dr. P. நடராஜ், S.M.P.

இ. முத்தையா, 22—9—73
போலீஸ் கன்ட்ரோல் ரூம்,
உயர்திரு ஆசிரியர் அவர்கட்கு, வணக்கம் திருச்சி-1.

ஐயா, நல்லவை இச் சமூகத்தில் உள்ளவர்களின் கண்கட்கும், காதுக்கும் எட்டுவதில்லை கெட்டவைகள், பகட்டு நிறைந்தவைகளே உடனே தென்படுகிறது அது போல, செக்ஸ் புத்தகங்களும், ஆபாச புத்தகங்களும் நிறைந்து கிடக்கும் இந்த சமூகத்தில் உங்களின் "மூலிகை மணி" போன்ற வைரம் குப்பைகளிலே மறைந்து கிடப்பது கண்டு என் உள்ளம் மிக மிக வருத்தம் கொண்டது ஆனால் குப்பையிலே கிடந்தாலும் வைரம் வைரம் தான். அதன் மதிப்பு குறைவதில்லை தங்களின் மூலிகை மணியை ஒரு தடவை பார்த்தவர்கள் மறு தடவை எப்போது வருமெனக் காத்துக்கொண்டிருப்பார்கள். அதில் ஐயமில்லை ஐயா! தங்களின் பணியும், நாட்டுச் சேவையும் எங்கட்கு தொடர்ந்து கிடைக்க இறைவனை பிரார்த்திக்கிறேன்

தங்களை என்றும் மறவா, இ. முத்தையா.

அ. இரா. சீதாலட்சுமி ராமசாமி 3—10—73
பரும்புக்கோட்டை. கடம்பூர் அஞ்சல்.
பெருமதிப்பிற்குரிய ஐயா! நெல்லை மாவட்டம்.

தங்களின் தயாரிப்பான "வல்லாரைத் திப்பிலி"யின் மகிமையால் ஓராண்டு படிப்பினை மூன்று மாதங்களில் படித்து வெற்றி பெற்றேன். அதன் பின்னர் தான் சந்தா தொகையை செலுத்தி சந்தாதார் ஆனேன்.

தங்கள் உண்மையுள்ள, அ. இரா. சீதாலட்சுமி ராமசாமி

மூலிகை மணி அச்சகத்தில் அச்சிட்டு வெளியிடுபவரும், ஆசிரியரும் வேலூர் மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர். 59. மாசிலாமணி முதலி தெரு. வேலூர்-632001 (வ. ஆ.)

96-வித கண் கோளாறுகளுக்கு

நேத்திரப் பூண்டு தைலம்

நேத்திரப் பூண்டு என்ற மூலிகை தைலம் எல்லாவித கண் கோளாறுகளுக்கும் கைகண்ட பரம்பரை அனுபவ முறை! இதை நமது ஆசிரியர் கண்ணப்பர் அவர்கள் முறையாக எடுத்து தைலமாகச் செய்து, வாசக சந்தா அன்பர்கட்கு மட்டும் கொடுக்க முன்வந்துள்ளார்.

நேத்திரப் பூண்டு தைலம் வேண்டுவோர் தபால் செலவு ரூ. 2—50ம், தைல விலை ரூ. 7—50ம் ஆக ரூ. 10—00 மணியாடர் அனுப்பி பெறலாம். பணம் அனுப்பும் போது தவறுமல் சந்தா எண்ணைக் குறிப்பிடல் வேண்டும்.

* சந்தாதார் அல்லாதோர் ரூ. 16—00 M. O. செய்ய வேண்டும்.

ஆ. இரா. கண்ணப்பர்,
59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-1. (வ. ஆ.)

'மூலிகை ரட்சை'

வாழ்க்கையில் ஏற்படும் பலவிதமான வேதனை, தீராப் பிணிகள், எதிரிகளின் தொல்லை, நவக்கிரகப்பீடைகளால் வறுமை, காரிய தாமதம், அமைதியின்மை, சந்ததி தடை, திருமணங்கள் தடை, வாழ்க்கையில் முன்னேற்றம் காணமுடியாதபடி எதிரிகள் செய்யும் மாந்திரீகம், பில்லி, ஏவல், சூன்யம் போன்றவைகளால் தொல்லை, இத்தியாதி போன்ற தீய சக்திகளை ஒழித்துவிடுவது 'மூலிகை ரட்சை' ஒன்றே!

இவ் வகையில், பல்லாண்டுகளாக அரும்பாடு பட்டு ஆராய்ச்சி செய்து மூலிகைகளின் மூலங்களை திருமுருகன் உபாசனையால் சாபநிவர்த்தி செய்து, பிரத்தியேக பூசையில் வைத்து, தேவையுள்ள அன்பர்களுக்கு அனுப்பப்படுகிறது. இதன் பேரில் அன்பும், நம்பிக்கையும் உள்ளவர்கள் 20-காசு தபால்தலையுடன் எழுதினல் இதன் முழுவிபரமும் தெரிவிக்கப்படும்.

ஆ. இரா. கண்ணப்பர்,
59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-1 (வ. ஆ.)

மூலிகை மணி சந்தா விபரம்

தனி இதழ்	ரூ. 0—50	மூவாண்டு சந்தா	ரூ. 18—00
ஆண்டு சந்தா	6—00	ஆயுள் சந்தா	150—00

மூவாண்டு சந்தா ஒரே தடவையில் செலுத்துபவர்களுக்கு எமது வெளியீடுகளில் ஏதேனுமொன்று இலவசமாகத் தரப்படும். ஆயுள் சந்தா செலுத்தினல் எமது வெளியீடுகள் அனைத்தும் அன்பளிப்பாகத் தரப்படும்.

எமது வெளியீடுகள் :

நம் நாட்டு மூலிகைகள்	1-ம் பாகம் ரூ.	4 00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	2-ம் பாகம்	4 00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	3-ம் பாகம்	4. 00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	4-ம் பாகம்	4 00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	5-ம் பாகம்	4 00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	6-ம் பாகம்	4 00
நோயும் மருந்தும்	1-2 பாகம்	3 00
நோயும் மருந்தும்	3-4 பாகம்	3 00
விஷ ஜந்துக்களும் மூலிகைகளும்		4 00
புகழ் பெற்ற மூலிகைகள்		0 60
மனித உறுப்புக்களில் மூலிகைகளின் குணாதிசயங்கள்		0 60
பயன் தரும் பத்துக் கீரைகள்		0 60
சக்தி தரும் சஞ்சீவி மூலிகைகள்		0 50
குழந்தைப் பிணிகளும் மூலிகை மருத்துவமும்		0 60

ஒரு புத்தகத்திற்கு
தபால் செலவு 25-காசு சேர்த்து அனுப்பவும்.

மொத்த புத்தகமும் தபாலில் பெற
புத்தக விலையுடன் ரூ. 2—75 சேர்த்து கீழ்க்கண்ட
முகவரிக்கு மணியாடர் அனுப்பி பெறலாம்.

முகவரி :-

ஆ. இரா. கண்ணப்பர்,

மூலிகை மணி அலுவலகம்

59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-1. (வ. ஆ.)

Printed at Mooligai Mani (P) Press, Vellore N. A.
Printer, Editor & Publisher Dr. A. R. Kannappar, R. M. P.
59, Masilamani Mudali Street, Vellore-632001.